



UNIVERSIDAD DE CUENCA
ESCUELA DE CULTURA FÍSICA

UNIVERSIDAD DE CUENCA

**FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN**

CARRERA DE CULTURA FISICA



TEMA:

**“IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL COMO DEPORTE
FORMATIVO EN LA LIGA CANTONAL DE SANTA ISABEL
EN EL PERIODO JULIO – DICIEMBRE DEL 2014”**

**Trabajo de Investigación previo a la obtención
del Título de Licenciada en Ciencias de la
Educación especialidad Cultura Física.**

AUTORA:

SILVIA FABIOLA BARROS BARROS

TUTOR:

MASTER GUILLERMO LEANDRO SUQUISUPA SERRANO

CUENCA, 2015



RESUMEN

Se trabajó durante 7 meses en la introducción del voleibol como deporte formativo en la Liga Cantonal de Santa Isabel, esta implementación implicó una serie de trámites, para llevar a cabo la difusión y conseguir: implementos, escenario, talento humano y otras cosas necesarias para la ejecución y aplicación de la propuesta planteada. Se continúa con la historia del voleibol desde sus inicios, su evolución, además se da un recorrido por la historia de este deporte en nuestro país y sobre todo en nuestra provincia, se mencionan aspectos fundamentales de las normas y reglas que lo rigen, esto para tener la noción de cómo está dispuesto el voleibol a nivel del país y relacionarlo con la realidad de un cantón pequeño como es Santa Isabel.

Con todos estos conocimientos se dio inicio al programa de implementación deportiva del voleibol, el cual se desarrolló en base a lo aprendido en: metodología del entrenamiento deportivo, didáctica especial y pedagogía, el programa aplicado está enfocado en conseguir, que los practicantes de a poco vayan conociendo y ejecutando las distintas técnicas del voleibol, así mismo estas se las va correlacionando de una manera muy superficial con la táctica y en su momento se lo llega a aplicar desarrollando topes de comprobación amistosos con elencos de la ciudad de Cuenca, todo este proceso de enseñanza de la técnica y táctica del voleibol está respaldada con las planificaciones y finalmente se muestran las conclusiones y recomendaciones.

Palabras claves:

- Voleibol
- Gestión
- Fundamentos técnicos.
- Entrenamiento.
- Iniciación al voleibol.



ABSTRACT

I worked for seven months in the introduction of volleyball and sports training in the Santa Isabel Town League, this implementation involved a series of steps, to undertake out the spread and get: implements, stage, talent and other things necessary for the implementation and application of the proposed proposal. It continues with the history of volleyball from its beginnings, its evolution also given a tour of the history of this sport in our country and especially in our province, fundamental aspects of the rules and regulations that govern mentioned this to have a notion of how willing volleyball at the country level and relate to the reality of a small town as Santa Isabel.

With all this knowledge began the program of sporting implementation of volleyball, which was developed based on lessons learned in: methodology of sports training, special didactics and pedagogy, applied program is focused on getting that practitioners slowly they get to know and implementing the various techniques of volleyball, likewise these are the going correlating in a very superficial way with the tactics and eventually it comes to implementing development stops friendly check with Cuenca teams, this process teaching technique and tactics of volleyball is backed with schedules and finally the conclusions and recommendations are shown.

Keywords:

- Volleyball
- Management
- Technical principles.
- Training.
- Initiation volleyball.



ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
CLAUSULA DE DERECHO DE AUTOR	7
CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL	8
AGRADECIMIENTO	9
DEDICATORIA	10
INTRODUCCIÓN.....	11
CAPITULO I.....	13
1. IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL EN EL CANTÓN SANTA ISABEL	14
1.1. GESTIÓN DEPORTIVA	14
1.2. TRÁMITES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL EN SANTA ISABEL	15
1.2.1. LOCAL.....	16
1.2.2. IMPLEMENTOS	16
1.2.3. PUBLICIDAD.....	17
1.2.4. TALENTO HUMANO.....	18
1.3. METODOLOGÍA A UTILIZAR PARA LA ENSEÑANZA DEL VOLEIBOL.....	19
1.3.1. LA OBSERVACIÓN.....	19
1.3.2. LA ENCUESTA	19
1.3.3. METODO REPETITIVO	20
1.3.4. MODELOS VERTICALES DE ENSEÑANZA.....	20
1.4. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	21
1.5. ACTIVIDADES DE INICIACION AL VOLEIBOL	22
1.5.1. PREPARACIÓN FÍSICA.....	22
RESISTENCIA	22
VELOCIDAD	24
FUERZA	25
FLEXIBILIDAD	26
1.5.2. PREPARACIÓN PSICOLÓGICA	27
AUTOESTIMA Y AUTOCOFIANZA	27
TOLERANCIA.....	27
PERSEVERANCIA	28
DISCIPLINA.....	28
CAPITULO II	29
2. VOLEIBOL, REGLAMENTOS Y ASPECTOS GENERALES.	30
2.1. DEFINICIÓN	30
2.2. HISTORIA	30
2.2.1. CAMPEONATOS MUNDIALES.....	32
2.2.2. EL VOLEIBOL EN LOS JUEGOS OLIMPICOS	33
2.3. PRIMERAS REGLAS DEL VOLEIBOL	34
2.4. EL VOLEIBOL EN EL ECUADOR.....	35
2.4.1. PRIMERAS COMPETENCIAS DEL VOLEIBOL	36
2.4.2. PRIMERAS COMPETENCIAS EN LOS JJNN.	39
2.5. HISTORIA DEL VOLEIBOL EN EL AZUAY	40



2.6.	EL VOLEIBOL EN SANTA ISABEL.....	45
2.7.	EL JUEGO Y SUS NORMAS	45
2.7.1.	LA ORGANIZACIÓN DEL VOLEIBOL.....	45
2.7.2.	INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTO.....	48
2.7.3.	RED.....	49
2.7.4.	ANTENAS.....	50
2.7.5.	FORMATO DE JUEGO.....	50
2.7.6.	LOS JUGADORES Y SUS POSICIONES.....	51
2.7.7.	POSICIÓN.....	52
2.7.8.	ROTACIÓN.....	52
2.7.9.	ACCIONES DE JUEGO.....	53
2.7.10.	JUEGO O CONTACTO CON EL BALÓN.....	54
2.7.11.	CARACTERÍSTICAS DEL TOQUE.....	54
2.7.12.	BALÓN EN LA RED.....	55
2.7.13.	JUGADOR EN LA RED.....	56
2.7.14.	TIEMPOS REGLAMENTARIOS.....	56
2.7.15.	SUSTITUCIONES.....	57
2.7.16.	INTERVALOS Y CAMBIOS DE CAMPO.....	57
2.7.17.	EL JUGADOR LÍBERO.....	57
2.8.	CAMBIOS QUE SE VAN A REALIZAR.....	58
2.9.	EN ECUADOR.....	58
CAPITULO III.....		59
3.	FUNDAMENTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS DEL VOLEIBOL.....	60
TÉCNICA DEL VOLEIBOL.....		60
3.1.	DEFINICIONES DE TÉCNICA.....	61
3.2.	FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL.....	62
3.2.1.	POSICIONES.....	62
POSICIÓN ALTA.....		63
POSICIÓN MEDIA.....		64
POSICIÓN BAJA.....		64
3.2.2.	DESPLAZAMIENTOS.....	65
3.2.3.	VOLEO.....	67
TIPOS DE VOLEOS.....		68
TOQUE DE DEDOS HACIA ADELANTE.....		69
TOQUE DE DEDOS HACIA ATRÁS.....		69
TOQUE DE DEDOS LATERAL.....		70
TOQUE DE DEDOS CON SALTO O EN SUSPENSIÓN.....		71
TOQUE DE ANTEBRAZOS.....		71
3.2.4.	RECEPCIÓN.....	72
3.2.5.	SAQUE.....	73
TIPOS DE SAQUES.....		74
SAQUE BAJO.....		74
SAQUE LATERAL.....		75
SAQUE DE PÉNDULO.....		75
SAQUE DE TENIS.....		76
SAQUE CON SALTO O EN SUSPENSIÓN.....		77
3.2.6.	ATAQUE.....	78
3.2.7.	BLOQUEO.....	79
3.3.	TÁCTICA.....	80
3.3.1.	DEFINICIONES DE TÁCTICA.....	80



3.3.2. FUNDAMENTOS TÁCTICOS	81
SISTEMA 6 – 0	82
SISTEMA DEFENSIVO W	82
SISTEMA 4 – 2	83
CAPITULO IV	84
4. PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE	85
CAPITULO V	131
5. RESULTADOS	132
CONCLUSIONES	140
RECOMENDACIONES	141
BIBLIOGRAFÍA	142
ANEXOS	145
ANEXO 1: GESTIONES	146
ANEXO 2: LISTADO DE DEPORTISTAS	150
ANEXO 3: FOTOGRAFÍAS	151
ANEXO 4: ENCUESTAS	160



CLAUSULA DE DERECHO DE AUTOR



Universidad de Cuenca
Clausula de derechos de autor

Silvia Fabiola Barros Barros autora de la tesis "Implementación del voleibol como deporte formativo en la liga cantonal de Santa Isabel en el periodo julio – diciembre del 2014", reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Licenciada en Ciencias de la Educación especialidad de Cultura Física. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora

Cuenca, Mayo 2015

Silvia Fabiola Barros Barros

C.I: 010593345-1



CLAUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL



Universidad de Cuenca
Clausula de propiedad intelectual

Silvia Fabiola Barros Barros, autora de la tesis "Implementación del voleibol como deporte formativo en la liga cantonal de Santa Isabel en el periodo julio – diciembre del 2014", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, Mayo 2015

Silvia Fabiola Barros Barros

C.I: 010593345-1



AGRADECIMIENTO

“Vivir no es sólo existir, sino existir y crear”.

Al culminar una etapa muy importante en mi vida, quiero agradecer a todos mis profesores por el apoyo y tiempo brindado, por la experiencia y sabiduría que me transmitieron, durante todo mi proceso de formación. Especialmente deseo agradecer a mi tutor de tesis, Master Guillermo Suquisupa, quien con su paciencia supo guiarme, dándome ánimos y ayudándome para ser toda una profesional. También quiero agradecer al Sr. Rodrigo Quezada, a los miembros de la Liga Deportiva Cantonal de Santa Isabel, a Macova, a Radio Atenas y a todos los jóvenes y señoritas que confiaron en mí y participaron en este proyecto, ya que sin ellos nada de esto hubiera sido posible. Del mismo modo quiero agradecer a Edison Guerrero que con su paciencia y amor me supo aconsejar y darme fuerzas para seguir adelante y ser una mejor persona, a Andrea Deleg una gran amiga que siempre me ha estado apoyando para que nunca me rinda, también a todas las personas que estuvieron a mi lado apoyándome para que mi sueño se hiciera realidad, GRACIAS.



DEDICATORIA

Principalmente le dedico a Dios, por darme la vida y por permitirme llegar a este momento tan especial de mi vida. Por los triunfos y fracasos, por los tropiezos y caídas ya que así he aprendido a valorar cada día más. Con todo mi cariño y mi amor le dedico este trabajo a mi mami María Barros y a mi papi Ernesto Barros que hicieron todo lo posible para que yo pudiera lograr uno de mis más anhelados sueños de ser toda una profesional, por motivarme y ser mi apoyo fundamental en todo momento. También a mis hermanas y hermanos que constantemente me aconsejan para seguir adelante, dándome fuerzas y ánimo para que no me deje vencer por los problemas que se presenten. Especialmente quiero dedicarle este trabajo de investigación, a un excelente profesor y amigo Julito Abad que aunque ya no esté con nosotros, yo siempre llevo y llevaré presente todas sus enseñanzas y en especial aquellas palabras de aliento, que en su momento me supo brindar. Desde lo más profundo de mi corazón muchas gracias ya que he logrado culminar mi trayecto estudiantil y seguiré esforzándome cada día más porque la labor de un maestro no termina jamás.



INTRODUCCIÓN

Este trabajo de titulación consta de cinco capítulos encaminados a la implementación del voleibol como deporte formativo en la Liga Deportiva Cantonal de Santa Isabel, innovando para que este deporte sea parte de las disciplinas que se enseñan en este pueblo, todo este proceso está orientado a la iniciación del voleibol mediante la masificación del mismo, con el propósito de incentivar a la juventud a conocer y practicar este deporte, como una alternativa más para realizar en sus tiempos libres, ya sea de manera formativa, recreativa o competitiva.

El Voleibol apareció desde mucho tiempo atrás como un deporte recreativo, pero al pasar el tiempo se convirtió en un deporte de alta competición, llegando a ser parte de los deportes olímpicos, el Voleibol a pesar de ser un deporte olímpico no es muy practicado en nuestro país y mucho menos en los cantones más pequeños, basándonos específicamente en el Cantón Santa Isabel. Razón por la cual me pareció muy importante dar a conocer este deporte, iniciando esta propuesta con la elaboración de diversas gestiones o trámites, con los cuales se lograron conseguir los recursos materiales y a su vez la campaña publicitaria mediante la cual se obtuvo la participación de varios jóvenes y señoritas.

Al finalizar todo el proceso de gestión, se preparó diversas metodologías, es decir métodos y técnicas para realizar todas las actividades que se encuentran detalladas en el cronograma, y así poder llevar a cabo la parte investigativa o científica y la parte aplicativa de la propuesta, a más de ello esta descrita las cualidades físicas y psicológicas básicas en la preparación de los voleibolistas, sin dejar de lado la importancia de conocer la historia del voleibol en el mundo y más aun a nivel de nuestro país y en la provincia del Azuay, también es necesario entender y tener muy claro las reglas y normas que rigen el mundo del voleibol para comprender su formato de juego.

En la parte aplicativa nos basamos de una manera más específica en los fundamentos técnico – táctico del voleibol, ofreciendo una buena guía para la enseñanza de estos fundamentos, pues en este trabajo tenemos todo un capítulo, en el que está representado de una manera clara y concisa la forma



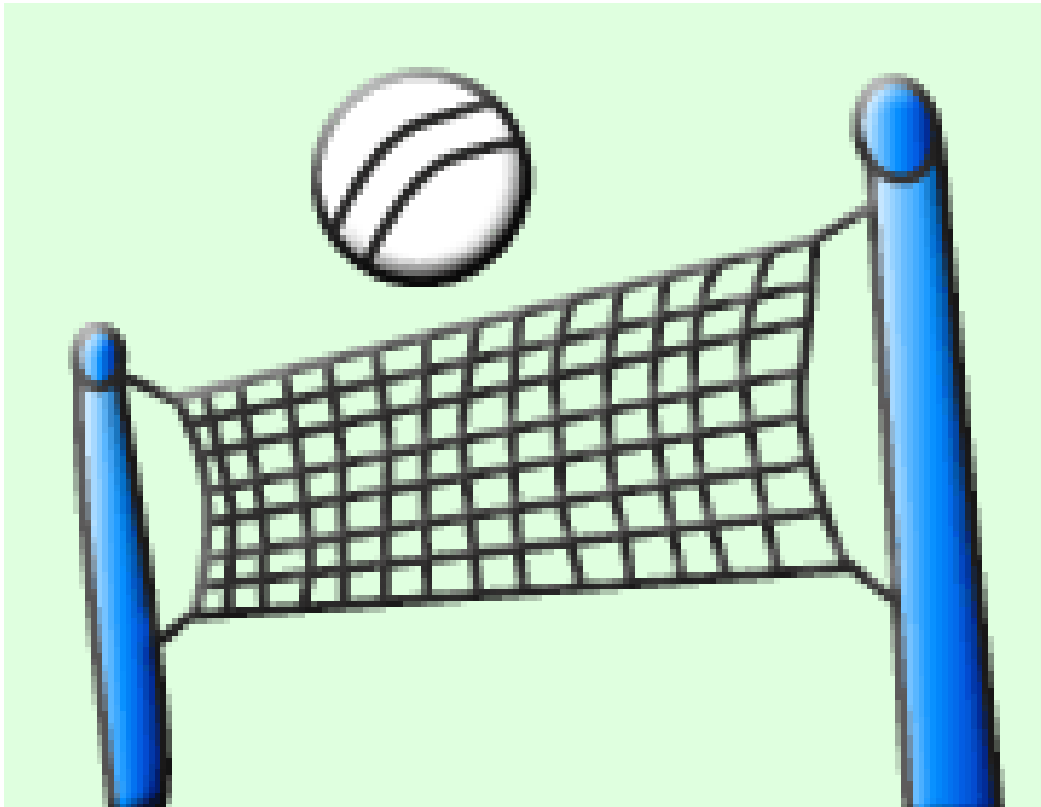
de realizar cada técnica, con su respectiva progresión y así hacer más fácil y sencillo el aprendizaje de las mismas. A más de ello también tenemos diferentes planificaciones, con diversas actividades que se desarrollaron durante toda la propuesta, recalcando varios ejercicios muy útiles para el aprendizaje de este hermoso deporte como es el Voleibol.

Al concluir este trabajo esta detallado los resultados obtenidos durante todo el proceso de ejecución, comenzando por los recursos materiales y humanos conseguidos, el nivel de satisfacción de los deportistas que participaron de esta propuesta, además de sus respectivos cuadros estadísticos y como resultado más concreto están los topes amistosos que se realizaron en la ciudad de Cuenca, finalmente tenemos las conclusiones y recomendaciones.

Esta tesis puede ser de mucha utilidad para aquellas personas que deseen implementar o introducir un deporte nuevo o incluso un deporte que aún no es conocido en algún lugar, ya que se inicia con la realización de varias gestiones, lo cual es el punto de partida para realizar cualquier proyecto de esta magnitud.



CAPITULO I





CAPITULO I

1. IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL EN EL CANTÓN SANTA ISABEL

Desde años atrás se ha podido evidenciar que los habitantes del cantón Santa Isabel, de la provincia del Azuay, muestran una gran acogida por diferentes deportes como, el fútbol, el baloncesto y en especial el deporte que lo conocemos como el Ecuavóley, que no es más que una variante o derivación del voleibol, creado y adaptado en nuestro país, razón por la cual hoy en día una gran cantidad de personas del cantón lo practican y en muchas ocasiones correlacionan al voleibol con el Ecuavóley, confundiendo los mismos.

La propuesta del presente trabajo de graduación busca introducir al Voleibol como una disciplina deportiva más de practica en el cantón, buscando que esta inclusión sea de forma permanente y continua, en donde, se logre con el pasar del tiempo la estabilidad de su práctica en dicho lugar, además de que se dé su masificación en todo el sector, buscando con ello que poco a poco se pueda llegar a sus alrededores y abarcar cada vez un mayor campo de acción.

1.1. GESTIÓN DEPORTIVA

Acosta H. Rubén (1999) define a la gestión como... “el arte de hacer uso óptimo de materiales, medios, tiempo, etc., dentro de un sistema coherente de procedimientos de forma de decisiones y de dirección personal, de tal forma que se puedan identificar a sí mismos y trabajar unidos hacia el logro de los objetivos, metas y propósitos contemplados en el plan estratégico diseñado por la organización”.

Generalmente la mayoría de personas que se dedican a organizar actividades en instituciones, clubes, asociaciones, etc., se encuentran con inconvenientes como: falta de recursos materiales, económicos, de infraestructura, horarios, pocos participantes, entre otros, pero todos estos problemas pueden ser momentáneos, ya que al tener claro hacia dónde va y a dónde quiere llegar, se puede realizar las gestiones para lograr los objetivos propuestos y que de este modo lo que se pueda obtener de dicha actividad siga trascendiendo a través del tiempo.



La gestión se lleva a cabo en un espacio y tiempo determinado, es un proceso de transformación, donde se manejan diversas estrategias para buscar consensos y tomar decisiones. A través de la gestión se busca cambiar o mejorar el estado actual, en el cual se encuentra la institución, club o asociación.

La persona que tiene a su cargo algún club o institución deportiva, debe tener diversas cualidades como es la responsabilidad, honestidad, la capacidad de dirigir y guiar, porque la organización y administración no solo se trata de manejar los ingresos obtenidos, sino que es una herramienta fundamental para gestionar el personal, socios, manejar los diferentes tipos de finanzas, y a la vez debe hacer uso eficiente de todos los recursos con los que cuenta la institución garantizando resultados ya sea a corto, mediano o largo plazo, además deben conocer todos los aspectos que se encuentren directamente relacionados.

Es importante aclarar que la gestión deportiva pública y la privada no son lo mismo, debido a que la privada dispone de más recursos, mediante los cuales puede acoger todas las actividades que le corresponden. Caso contrario de la gestión pública, los recursos los ofrece el estado y en ocasiones los presupuestos son demasiado bajos por lo cual no se puede abarcar con todas las necesidades, motivo por el cual existen varias falencias que afectan negativamente su desempeño.

1.2. TRÁMITES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL EN SANTA ISABEL

La propuesta se desarrolla desde el mes de agosto del 2014, mes en el cual se efectuaron todos los trámites necesarios para hacer realidad esta propuesta y a su vez se cumplió con una campaña de información, utilizando distintos medios para publicitar esta nueva alternativa para la práctica deportiva, se utilizan propagandas, incentivando a que los jóvenes tengan otra alternativa para el buen uso del tiempo libre o tiempo de ocio, intentando ser parte de su formación personal, haciendo que adquieran disciplina y destrezas específicas de este deporte, promoviendo así el desarrollo del deporte en el cantón.



En este trabajo de titulación se describe minuciosamente todo el proceso realizado para hacer posible la implementación del Voleibol dentro del Cantón Santa Isabel, desde la parte referente a los trámites burocráticos hasta la parte aplicativa de la propuesta en sí. Como parte esencial se vio la necesidad de realizar diferentes tipos de gestiones, en busca de conseguir los implementos necesarios para realizar una adecuada práctica, además de intentar conseguir el elemento humano y de esta forma hacer posible que se efectúen las acciones propias para la iniciación al Voleibol.

1.2.1. LOCAL

Después de haber realizado los trámites necesarios, la **Liga Deportiva Cantonal de Santa Isabel** (LDC), como ente regulador del deporte en este cantón, ha sabido prestar las facilidades para fomentar la práctica del voleibol, ofreciendo y facilitando en su momento el coliseo, además cabe mencionar que todo esto fue posible gracias a la ayuda y colaboración de la Sra. Rocío Roldan Secretaria de LDC, a quien se le hizo llegar la propuesta del presente trabajo, en donde y luego de su respectivo análisis, se consiguió el apoyo para hacer realidad esta implementación.



Fig. 1

1.2.2. IMPLEMENTOS

El **GAD** (Gobierno Autónomo Descentralizado) de Santa Isabel, dirigido por el Sr. Rodrigo Quezada Ramón, Alcalde de este Cantón, luego de varias solicitudes a él realizadas, procedió a la donación de 30 balones de Voleibol con las cuales se realizaron las practicas o entrenamientos, dándose el compromiso de aportar con estos implementos para que se continúe con este

proceso y no se estanque una vez que se culmine con la ejecución de este trabajo.



Fig. 2

1.2.3. PUBLICIDAD

Una vez que se consiguió el espacio físico para los entrenamientos y los implementos necesarios, inmediatamente se procedió a gestionar para conseguir el talento humano, es decir jóvenes y señoritas que estén dispuestos y deseen aprender este nuevo deporte en el cantón, haciendo de él parte de su formación personal, todo este proceso se llevara a cabo con el objetivo de incentivar a los jóvenes a la práctica del mismo.

Para obtener el talento humano se usaron diversos medios de comunicación, como la radio, internet, afiches, hojas volantes, etc., se contó con la colaboración del gerente de la **Radio Atenas**, Lcdo. Guillermo Guanga quien se encargó de la propagación de esta actividad, mediante cuñas publicitarias, por internet se difundió esta publicidad mediante la red social Facebook, también se realizaron visitas a diferentes instituciones estudiantiles con el propósito de promocionar y reclutar jóvenes que estén interesados en la práctica de esta nueva opción deportiva en el cantón, en estas visitas se entregaron hojas volantes que contenían toda la información necesaria sobre estas actividades, del mismo modo se colocaron afiches en los lugares más concurridos del cantón como son: las entradas de los colegios, el mercado, el parque central, etc.



Fig. 3

1.2.4. TALENTO HUMANO

Luego de todo este proceso de gestiones, publicidad, etc., se procede ya a desarrollar y aplicar este proyecto, en donde se efectuaran diferentes actividades en donde se trabajara: fundamentos básicos del voleibol, desarrollo de cualidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas que permitirá a los jóvenes comprender y ejecutar diversas acciones específicas del voleibol.



Fig. 4

A continuación veremos la metodología que se va a manejar durante la elaboración de este trabajo de graduación y también se dará a conocer el cronograma pre-establecido para cada actividad, las cuales se irán desplegando a lo largo de todo el proceso, y con las cuales se podrá hacer



realidad la propuesta y de esta forma intentar que el voleibol sea conocido a nivel del Cantón Santa Isabel.

1.3. METODOLOGÍA A UTILIZAR PARA LA ENSEÑANZA DEL VOLEIBOL

Se han empleado varios métodos y técnicas de investigación para obtener o alcanzar un resultado y en este caso específico para poder determinar la incidencia de este trabajo durante todo su proceso de desarrollo, como método principal que se utilizó el método empírico – deductivo el cual consiste en la construcción del conocimiento sobre la base de la recolección de datos, utilizando diferentes técnicas de investigación como son:

1.3.1. LA OBSERVACIÓN

Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis, (Puente) esta técnica es fundamental y lo podemos avalar mediante fotos, videos, entre otras. Mediante esta técnica de investigación podemos ver todo lo que sucede antes, durante y después de la ejecución de este trabajo y al mismo tiempo nos permite dar un valor cualitativo del gesto técnico, también se puede cualificar el nivel de aceptación del voleibol.

1.3.2. LA ENCUESTA

La encuesta es la aplicación de un procedimiento estandarizado para recolectar información de una muestra de personas acerca de los aspectos estructurales; ya sean ciertas características sociodemográficas u opiniones acerca de algún tema específico. La información se recoge de forma estructurada y el estímulo es el mismo para todas las personas (Cea D'Ancona, 1996: 240)

Esta técnica de investigación se realiza a través de un cuestionario previamente elaborado, con el objetivo de conocer la opinión o valoración que la persona da al tema en cuestión. La encuesta será utilizada al final de todo el proceso, y será llenada por todos los jóvenes y señoritas que asistan a la práctica del voleibol, de esta manera se podrá conocer el grado de satisfacción de todos los deportistas, después de haber pasado por este proceso de



aprendizaje, es importante recalcar que todos los datos obtenidos, serán usados como parte de los resultados obtenidos en este arduo proceso.

1.3.3. METODO REPETITIVO

El método de repeticiones consiste en que el alumno o deportista, debe realizar el gesto técnico cientos o miles de veces, para de esta manera llegar a dominarlo y perfeccionarlo.

Este método es el más utilizado debido a que se realizaran todos los gestos técnicos de forma repetida y mantenida durante periodos prolongados de tiempo sin descansar en intermedios pero con una intensidad moderada. Esta técnica es de vital importancia, porque para automatizar un movimiento requieren de varias repeticiones y de esta forma cada vez se mejora la técnica, llegando así a perfeccionarla.

1.3.4. MODELOS VERTICALES DE ENSEÑANZA

En el proceso de enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol, se utilizaron los modelos verticales de enseñanza centrada en el juego, este modelo se basa en la sucesión de situaciones reducidas o simplificadas, que se adapten a las posibilidades de los practicantes, es decir que se realizaran diversos tipos de ejercicios u actividades que ayuden a los deportistas a resolver diferentes situaciones, que a lo largo suceden en el juego.

Las características principales utilizadas en los entrenamientos, se fundamentaron mediante juegos, dinámicas, juegos pre-deportivos, en algunas ocasiones se realizaron pequeñas competencias para motivar a los jóvenes a seguir asistiendo y de esta manera hacer que los entrenamientos no se conviertan en algo monótono o aburrido, también en gran medida se usaron elementos de control tanto ofensivos como defensivos, enfrentándose a sus propias limitaciones y a diferentes situaciones reales de juego tanto de forma recreativa como competitiva.

Las técnicas de investigación utilizadas serán la base para dar a conocer los resultados obtenidos, dentro de las cuales la de mayor importancia en cuanto a



resultados será la encuesta, ya que mediante esta sabremos el nivel de aceptación de este deporte, en cuanto a la aplicación práctica el método continuo será el de mayor relevancia, pero también contaremos con otros instrumento muy significativos para la verificación de la parte aplicativa como son: la fotografía y los videos.

1.4. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	AGOSTO				SEPTIEMBRE					OCTUBRE					NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO		
	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3
GESTION																									
Coliseo	x																								
Balones	x	x	x																						
Publicidad			X	x	X																				
FÍSICA																									
Resistencia					X			X		X				x				x		x					
Velocidad						x				X			X				X		X						
Fuerza							X	X	X	X	X	X		x		X	X		X			X			
Flexibilidad					X		X	X	X	X	X	X		x		X		x		x		X			
TÉCNICA																									
Voleo					X	X	X	X	X	X	X	X	X	x	x	X	X	x	X	x		X			
Recepción							X	x	X	X	X	X	X	x	x	X	X	x	X	x		X			
Saques								x	X	X	X	X	X	x	x	X	X	x	X	x		X			
Ataques										X	X	X	X	x	x	X	X	x	X	x		X			
Bloqueos												X	X	x	x	X	X	x	X	x		X			
TÁCTICA																									
Sistema 6 – 6																	X	X			x				
Sistema W																		x	X						
PSICOLÓGICA																									
Motivación					X	X	x	X	x	X	X	X	X	X	x	X	X	X	x	X	x	X	X	x	X
EVALUACIÓN										X							X						x	x	
COMPETENCIA																									X



1.5. ACTIVIDADES DE INICIACION AL VOLEIBOL

Durante todas las sesiones de entrenamiento se realizarán diferentes actividades, algunas para mejorar el estado físico, otras para motivar a los deportistas, pero especialmente se efectuarán actividades específicas que ayuden al aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol. Todas las cualidades que a continuación se describirán son importantes, pero las de mayor relevancia para los jugadores de voleibol son la preparación técnica y la táctica, las cuales estarán puntualizadas en su momento.

1.5.1. PREPARACIÓN FÍSICA

Dentro de la preparación física se realizarán actividades que favorezcan a alcanzar niveles físicos aceptables para cumplir con las exigencias que requiere la realización de este deporte, es decir, los deportistas que tienen una buena condición física son capaces de resolver con mayor facilidad situaciones que pudiesen presentarse en el juego, a diferencia de una persona que no tiene una buena condición física, dentro de las cualidades físicas que pondremos más énfasis en su desarrollo tenemos: la resistencia, velocidad y la flexibilidad.

Es importante entender que se deben desarrollar las diferentes capacidades físicas debido a que los jugadores de voleibol deben correr hacia diferentes direcciones, saltar en todas las direcciones y de diferentes formas, desplazarse a diferentes ritmos, golpear y recepcionar balones que vienen a diversas velocidades, y para ello es muy importante fortalecer diversas cualidades como son: la potencia (de salto y remate), velocidad de desplazamiento, la flexibilidad para dar fortaleza a ciertas articulaciones que se utilizan con mayor frecuencia (hombros, rodillas, tobillos y la columna vertebral), resistencia física para tolerar los sets jugados con alta intensidad, y una buena recuperación.

RESISTENCIA

La Resistencia es la capacidad de soportar diferentes cargas durante periodos prolongados de tiempo, es importante que el jugador de voleibol desarrolle esta cualidad para así poder resistir la fatiga después de trabajos de gran duración, además esta capacidad física es esencial para una recuperación rápida

después del entrenamiento. Además el trabajar la resistencia es muy importante ya que trae grandes beneficios en la salud de quien lo practica.

Beneficios de trabajar la resistencia

Al trabajar la resistencia podemos obtener muchas ventajas o beneficios, a continuación conoceremos los más importantes:

- **Mejora el rendimiento físico**, para soportar la duración del partido.
- **Fortalece el corazón**, la resistencia aeróbica ayuda a incrementar la capacidad de bombear sangre en cada latido, por lo tanto ayuda a evitar la fatiga porque latirá más lento. En cambio la resistencia anaeróbica ayuda a fortalecer las paredes del corazón, haciéndolo más potente y por ende sería más resistente previniendo así el infarto.
- **Disminuye las pulsaciones por minuto**: debido al fortalecimiento del corazón, el corazón late menos veces.
- **Eleva el consumo máximo de oxígeno**: por la mayor fluidez sanguínea, se realiza un mayor transporte de oxígeno razón por la cual se consigue elevar el consumo máximo de oxígeno.
- **Combatir la grasa y la masa corporal**: efectuando la resistencia aeróbica se queman las grasas acumuladas (calorías), para obtener este beneficio es necesario trabajar la resistencia aeróbica más de 30 minutos.

Ejercicios de resistencia:

1. Carreras continuas, de corta, media y larga duración.
2. Carreras discontinuas de corta, media y larga duración.
3. Carreras en terrenos irregulares.
4. Los juegos, caminatas, etc.

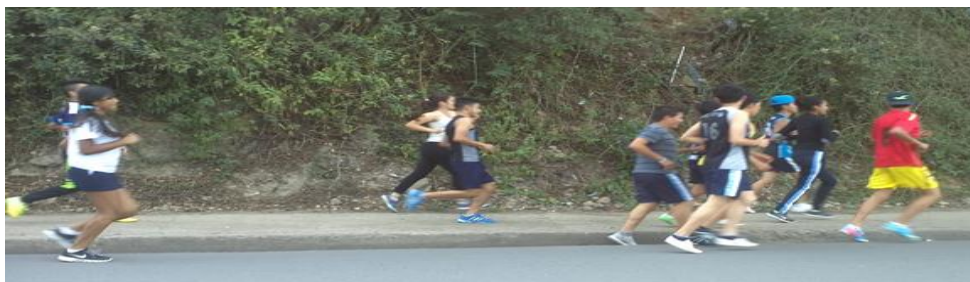


Fig. 5



VELOCIDAD

La velocidad es recorrer la mayor distancia posible en menos tiempo, esta cualidad es la base fundamental en los jugadores de voleibol, ya que las diferentes acciones están determinadas por la rapidez de la ejecución de la técnica, para así lograr una mayor efectividad en la acción realizada, razón por la cual es un factor esencial a desarrollar en los deportistas, la velocidad es fundamental para resolver diferentes situaciones de juego.

La velocidad de reacción es la que se debe desarrollar en mayor medida ya que es la capacidad de reaccionar en el menor tiempo posible, frente a cualquier estímulo, dentro de la velocidad también hay que desarrollar la rapidez y la coordinación para efectuar un nivel de ejecución de calidad. La velocidad está íntimamente relacionada con la resistencia anaeróbica y con la fuerza porque los beneficios alcanzados son similares en cualquiera de estas cualidades físicas.

Beneficios de trabajar la velocidad

- Mejora del funcionamiento y la eficacia del sistema cardiovascular y respiratorio.
- Mejora del tono muscular
- Incrementa la masa muscular aumentando la capacidad de resistir esfuerzos de corta duración.
- Mejora el tiempo de reacción ante cualquier estímulo.
- Mejora la velocidad ejecución en un gesto concreto.
- Indirectamente desarrolla otros aspectos como la coordinación y la fuerza.

Ejercicios de velocidad:

1. Piques
2. Carreras velocidad
3. El suicidio
4. Subir escaleras
5. Saltos, etc.



Fig. 6

FUERZA

La Fuerza es la contracción de los músculos para resistir una determinada carga, esta cualidad es necesaria en los voleibolistas, debido a que es la base para desarrollar algunos elementos técnicos, si juntamos la fuerza y la velocidad obtenemos la potencia que es un elemento fundamental para los practicantes del voleibol.

La fuerza se tiene que trabajar en todo el cuerpo, pero específicamente en los miembros superiores e inferiores ya que son los que tienen mayor relevancia en este deporte.

Beneficios de trabajar la fuerza

- Tonifica y desarrolla la masa muscular
- Mejora la postura
- Aumenta el gasto de calorías
- Fortalece los huesos, dándoles mayor resistencia y fuerza
- Previene lesiones
- Mejora la apariencia física
- Mejora el rendimiento físico

Ejercicios de fuerza

En los ejercicios de fuerza se realizarán actividades con su propio peso:

1. Abdominales



2. Polimetría (Gradas)
3. Flexiones de pecho
4. Sentadillas, etc.



Fig. 7

FLEXIBILIDAD

La flexibilidad es lograr la mayor amplitud de movimiento posible y es fundamental debido a su capacidad preventiva de lesiones. La flexibilidad ofrece varios beneficios gracias a los diferentes trabajos de estiramientos.

Beneficios de trabajar la flexibilidad

- Reduce la tensión muscular
- Mejora la circulación
- Aumenta la extensión del movimiento
- Previene lesiones como desgarres o tirones musculares.
- Mejora la coordinación, permitiendo un movimiento más libre.

Ejercicios para la flexibilidad

1. Split
2. Arco
3. Estiramientos de miembros superiores
4. Estiramientos de miembros inferiores, etc.



Fig. 8

1.5.2. PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

La fortaleza mental es un requisito fundamental en todos los deportistas, por ese motivo no podemos dejar de lado la preparación psicológica, donde trabajaremos diversos factores psicológicos comenzando con la motivación para que los jóvenes se interesen y se apasionen por el voleibol, acarreándoles a ser cada día mejores, concientizándolos a que confíen en sí mismos y de esta manera ayudarlos a vencer sus miedos, cumpliendo sus propias metas.

“El cuerpo hace lo que la mente dice.”

AUTOESTIMA Y AUTOCOFIANZA

Los deportistas deben aprender a conocer sus virtudes como sus defectos y tratar de ir superándolos, deben tener la capacidad de no engrandecer las victorias y derrotas, dar siempre lo mejor de sí, por lo cual no tendrá nada de reprocharse, deben confiar en sí mismos y en sus capacidades, creer en sí mismos y saber que cada día pueden ser mejores.

“Cada ser humano vale por lo que es, no por lo que tiene o logra”

TOLERANCIA

Es imprescindible que los deportistas tengan tolerancia, es decir que los deportistas tienen que hacerse responsables tanto de sus victorias como derrotas, saber asumir y afrontar sus acciones, no buscar excusas, ni ser caprichosos, ellos también deben saber que de las derrotas en donde más se



aprende, no verlo como una derrota sino como una manera de darse cuenta sus debilidades que debe reforzar.

PERSEVERANCIA

Es tener la fortaleza de soportar largas sesiones de entrenamiento, muchas veces tienen que dejar de lado diversiones, fiestas, trashedadas, etc., para poder cumplir sus metas, el valor de la perseverancia es fundamental en los deportistas que desean llegar a lo más alto, a pesar de cansancio, del dolor o la fatiga deben luchar por sus sueños y nunca darse por vencidos.

DISCIPLINA

Durante todo el proceso aplicativo, se establecerán diversos valores como son: la puntualidad, respeto, solidaridad, responsabilidad, honestidad, etc., todo esto ayuda a que los jóvenes sean disciplinados y realicen a cabalidad las actividades propuestas, de esta manera los deportistas deben saber dominar sus pensamientos y sus emociones.



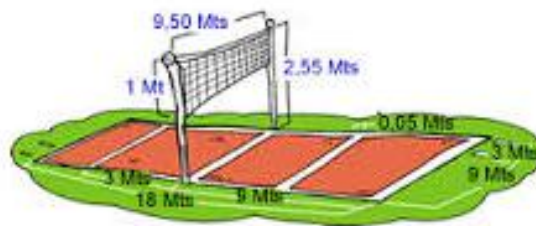
Fig. 9



CAPITULO II



INICIOS DEL VOLEIBOL





CAPITULO II

2. VOLEIBOL, REGLAMENTOS Y ASPECTOS GENERALES.

2.1. DEFINICIÓN

El voleibol proviene de un vocablo griego de la lengua inglesa volleyball, para describirlo de una mejor manera separamos esta palabra en dos, la primera volley que significa volear, golpear o lanzar, y la segunda ball que es balón, por lo tanto volleyball se traduciría como balónvoleo, evidenciando lo más relevante del juego, que es que el balón volaba, llamando la atención la batida o fase activa de lanzamiento.

Este un deporte colectivo, en el cual dos equipos de seis jugadores cada uno, compiten en una cancha, que está dividida en la mitad por una red. El objetivo es jugar pasando el balón por encima de la red, de tal manera que este caiga sobre la superficie del terreno contrario, en cambio el campo propio se defiende para evitar que el balón toque el piso. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado.

2.2. HISTORIA

El voleibol fue creado por William G. Morgan, el 9 de febrero de 1895 en los Estados Unidos, en ese entonces Morgan ocupaba el puesto de director de educación física en el centro Young Men's Christian Association (YMCA, que en español significa Asociación Cristiana de Jóvenes) de Holyoke en el estado Massachusetts, donde tuvo la oportunidad de establecer, desarrollar y dirigir un extenso programa de actividades deportivas para hombres adultos y se dio cuenta de que era necesario hallar algún tipo de ejercicio alternativo que fuese atractivo y divertido para variar su programa.

En aquel momento existía el baloncesto como única posibilidad de realizar deporte en temporada invernal, el baloncesto estaba en pleno desarrollo y parecía perfecto para los jóvenes porque es un deporte de gran intensidad, por este motivo Morgan debía buscar un juego para personas de más años que no fuese tan intenso. En esos tiempos aun no existía ningún tipo de juego que se le pareciese al voleibol, por lo cual hecho a volar su imaginación, partiendo de



sus propios métodos de entrenamientos y experiencias prácticas para desarrollar un nuevo juego.

Morgan buscaba un juego que no ocupara demasiado espacio y en donde participaran todos sus estudiantes, así que pensó en el tenis pero necesitaba raquetas, pelotas, una red y otros equipamientos, de tal modo que fue descartado. Sin embargo la idea de usar una red era interesante, elevándole alrededor 1,98 metros, pero también necesitaba un balón, habían probado con una cámara de balón de baloncesto (que es una estructura simple hecha de caucho y que tiene la forma de un globo), pero era demasiado ligero y lento, luego utilizaron el propio balón de baloncesto, el cual resulto muy grande y pesado. De este modo Morgan se vio en la necesidad de construir un balón, el cual fuese propiamente para este juego, Morgan se dedica a su elaboración y para ello cuenta con la colaboración de la compañía A.G. Spalding & Bros. Este primer balón venia cubierto de cuero, su circunferencia era de 63,5 cm y 68,6 cm, y pesaba no menos de 252 gramos y 336 gramos.

Una vez fabricado el balón Morgan lo llevo hacia sus estudiantes y los invito a jugar, dándoles la instrucción de lanzar el balón por encima de la red, de tal modo que el balón siempre estuviese volando, ahí observo que esta indicación no era suficiente. Por lo cual pensó en que era necesario crear posibilidades de ataque y defensa, con normas precisas. Morgan pidió a dos de sus amigos de Holyoke, el Dr. Frank Wood y John Lynch, que elaboraran las primeras reglas para este deporte, de acuerdo a sus recomendaciones.

Es así que este nuevo deporte inicialmente fue bautizado como “Mintonette”, pero en 1896 el Dr. Luther Halsey Gulick, director de la escuela profesional de Manual para entrenadores, al ver las características del juego fue quien sugirió a Morgan que se sustituyera el nombre de Mintonette por el de Volley Ball, evidenciando que lo más relevante del juego era que el balón volaba, este nombre se ha mantenido a lo largo de los años.

Con el pasar del tiempo el voleibol ha ido ganando espacio por todo el mundo y prueba de ello es que en varios países de todos los continentes lo practican y los podemos comprobar en los diferentes campeonatos que existen.

2.2.1. CAMPEONATOS MUNDIALES

Los campeonatos mundiales tienen su origen junto con la Federación Internacional de Voleibol (FIVB), quien es la encargada de la promoción del voleibol y de la organización de diferentes torneos a nivel mundial y continental. La FIVB fue fundada en 1947, por las 13 federaciones presentes en este congreso, las cuales establecen los estatutos y reglamentos para la FIVB, su sede se fija en París, siendo Libaud su presidente.

En 1948, se realiza la primera edición en Praga, Checoslovaquia. Este campeonato era solamente para los hombres. Tres años más tarde, se organiza la segunda edición en donde ya se introduce los campeonatos de voleibol femenino, desde entonces comenzaron a realizarse los campeonatos del mundo en ciclos de 4 años. En la siguiente edición también hubo equipos de América Central, del Norte y del Sur.

Italia vs Checoslovaquia, 1er. campeonato europeo de Voleibol, 1948.



CORTINA, Guzmán, Carlos. Alejandro. VOLEIBOL Fundamentos Técnicos. México, D.F. 2007.

Fig. 10

Desde que el voleibol fue aceptado como deporte olímpico en 1964, la FIVB hizo que los 4 ciclos se adelantaran en 2 años después de la cuarta edición, por lo que el Campeonato Mundial puede alternar con los Juegos Olímpicos de Verano.

A partir de 1970, los equipos de África también participaron y se pudo contar con miembros de las cinco confederaciones continentales en los juegos. El número de equipos participantes en los juegos ha cambiado significativamente en los últimos años, hasta que finalmente establecieron en 24 después de 2002.

El Campeonato del Mundo es el más completo de todos los eventos organizados por la FIVB, y posiblemente el segundo más importante, ya que es superado en prestigio por los Juegos Olímpicos.

2.2.2. EL VOLEIBOL EN LOS JUEGOS OLIMPICOS

El voleibol se jugó por primera vez como deporte de demostración en los Juegos Olímpicos de París 1924. Pero es hasta 1957, que en el Congreso del COI (Comité Olímpico Internacional), realizado en Sofía, Bulgaria, resolvió admitir al Voleibol en los Juegos Olímpicos, después de ver las exhibiciones que se realizaron con los mejores equipos del mundo, cuyo objetivo era el de llamar la atención de los miembros integrantes del COI, los mismos que luego de observar los diferentes aspectos atléticos del Voleibol, resolvieron que en el año 1960, se realicen las primeras competencias de exhibición.

Al cabo de esto, se llevaron a efecto los Juegos Olímpicos en Tokio (Japón) 1964, en donde el voleibol se estrena como un deporte olímpico y lo sigue siendo hasta la actualidad.

En las tablas que están a continuación, se muestra los resultados obtenidos en Juegos Olímpicos por los distintos países que han clasificado a este torneo.

JUEGOS OLIMPICOS DE VOLEIBOL MASCULINO

Juegos	Sede			
Tokio 1964	 Japón	 Unión Soviética	 Checoslovaquia	 Japón
México 1968	 México	 Unión Soviética	 Japón	 Checoslovaquia
Múnich 1972	 Alemania Occidental	 Japón	 Alemania Oriental	 Unión Soviética
Montreal 1976	 Canadá	 Polonia	 Unión Soviética	 Cuba
Moscú 1980	 Unión Soviética	 Unión Soviética	 Bulgaria	 Rumanía
Los Ángeles 1984	 Estados Unidos	 Estados Unidos	 Brasil	 Italia
Seúl 1988	 Corea del Sur	 Estados Unidos	 Unión Soviética	 Argentina
Barcelona 1992	 España	 Brasil	 Países Bajos	 Estados Unidos
Atlanta 1996	 Estados Unidos	 Países Bajos	 Italia	 Yugoslavia
Sídney 2000	 Australia	 Yugoslavia	 Rusia	 Italia
Atenas 2004	 Grecia	 Brasil	 Italia	 Rusia
Pekín 2008	 China	 Estados Unidos	 Brasil	 Rusia
Londres 2012	 Reino Unido	 Rusia	 Brasil	 Italia

http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol_en_los_Juegos_Ol%C3%ADmpicos

Fig. 11

JUEGOS OLÍMPICOS DE VOLEIBOL FEMENINO

Juegos	Sede			
Tokio 1964	 Japón	 Japón	 Unión Soviética	 Polonia
México 1968	 México	 Unión Soviética	 Japón	 Polonia
Múnich 1972	 Alemania Occidental	 Unión Soviética	 Japón	 Corea del Norte
Montreal 1976	 Canadá	 Japón	 Unión Soviética	 Corea del Sur
Moscú 1980	 Unión Soviética	 Unión Soviética	 Alemania Oriental	 Bulgaria
Los Ángeles 1984	 Estados Unidos	 China	 Estados Unidos	 Japón
Seúl 1988	 Corea del Sur	 Unión Soviética	 Perú	 China
Barcelona 1992	 España	 Cuba	 Equipo Unificado	 Estados Unidos
Atlanta 1996	 Estados Unidos	 Cuba	 China	 Brasil
Sídney 2000	 Australia	 Cuba	 Rusia	 Brasil
Atenas 2004	 Grecia	 China	 Rusia	 Cuba
Pekín 2008	 China	 Brasil	 Estados Unidos	 China
Londres 2012	 Reino Unido	 Brasil	 Estados Unidos	 Japón

http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol_en_los_Juegos_Ol%C3%ADmpicos

Fig. 12

Fig. 11 y 12, tenemos las tablas de posiciones de los Juegos Olímpicos de Voleibol masculino y femenino, con sus respectivas sedes y ganadores.

Con el paso de los años se han creado diferentes variantes o modalidades del voleibol como son: el Voleibol Playa, el Ecuavóley y el Voleibol para discapacitados. El Voleibol para discapacitados se da a consecuencia de la segunda guerra mundial, y es entonces donde comienza a utilizarse al deporte como un método de rehabilitación e interacción social. Existen dos modalidades: el Voleibol de Pie participan minusválidos físicos con afectaciones leves, mientras que las personas con discapacidades físicas más severas lo hacen en Voleibol Sentados, en donde el campo es más pequeño y la red está a una altura más baja, lo que hace que el juego sea más rápido y en ocasiones muy espectacular.

2.3. PRIMERAS REGLAS DEL VOLEIBOL

Las primeras reglas, fueron diseñadas por el propio Morgan en 1896:

- El campo tenía 25 pies (7,62 m) de ancho y 50 pies (15,24 m) de largo.
- La red tenía una altura de 6 pies y 6 pulgadas (1,98 m).
- No era fijo el número de jugadores por equipo. Tanto podían jugar 2 contra 2, como 10 contra 10.



- *9 rotaciones con 3 saques para cada equipo en cada rotación.*
- El juego se acababa después de 9 de estos cambios.
- Igual que en el tenis estaban permitidos 2 saques. Además estaba permitida la ayuda de otro jugador si la pelota no pasaba por encima de la red.
- Ningún límite al número de contactos para enviar el balón al equipo contrario.

Con el tiempo las reglas han ido cambiando constantemente, intentando hacer de este deporte un juego más competitivo, en el cual se puedan desarrollar diversas capacidades y de esta manera hacer un juego más complejo e interesante.

2.4. EL VOLEIBOL EN EL ECUADOR

En Ecuador hay muchas versiones sobre el origen del voleibol, algunos dicen que comenzó en las petroleras, cuando los trabajadores extranjeros no tenían en que ocupar sus momentos libres, así es que decidieron ocupar esos tiempos practicando voleibol, pero por otro lado la mayoría de personas concuerdan que el voleibol tuvo sus inicios con la llegada de profesores de Chile y posteriormente con la llegada de la misión Norteamericana en 1915, estas dos misiones fueron las encargadas de impartir las clases de voleibol, dando a conocer este nuevo deporte y su reglamento. Esta disciplina fue enseñada de una forma sencilla, por lo cual tuvo una gran aceptación y su práctica se realizaba con mucha frecuencia, especialmente en los tiempos libres.

Después de poco tiempo de conocido el voleibol, los militares querían seguirlo practicando, pero no había los jugadores suficientes, así que hicieron unas pequeñas modificaciones. De esta manera empezaron practicando con 4 jugadores por equipo, posteriormente con 3, después con 2 y hasta con un jugador. Al paso del tiempo los egresados del colegio militar se encargaron implementar una nueva modalidad de 3 a 3 por equipo, al principio lo practicaban solo los miembros del ejército y después por los civiles.

De esta forma los Militares no dieron a conocer la verdadera modalidad que ellos aprendieron, sino al contrario se dedicaron a difundir por todo el país la



nueva modalidad creada en nuestro país en 1932, a la cual se le denominó Ecuavóley, dicha modalidad se juega de tres personas por equipo a diferencia del voleibol que se juega de seis personas por equipo. Esta variante del Voleibol o Ecuavóley fue practicada por todo el país, incluyendo los lugares más alejados y en el cual participan personas de toda clase social.

2.4.1. PRIMERAS COMPETENCIAS DEL VOLEIBOL

El voleibol empezó a ser practicado regularmente en el país en 1948, año en el cual se realiza en Pichincha el Primer Campeonato Intercolegial de Voleibol Masculino, organizado por la Dirección Nacional de Educación Física.

En 1950, año de la fundación de la Federación Deportiva Estudiantil de Pichincha, se realizan las Segundas Competencias Intercolegiales, con la participación de 26 equipos, siguiéndole la provincia del Guayas, y así continuó dándose las competencias del Voleibol, por las siguientes provincias como son: Imbabura, Cotopaxi, Tungurahua, Chimborazo y Azuay, especialmente en sus cabeceras provinciales.

Con la necesidad de agruparse y buscar auspicios que los organice se conforma en Guayaquil, la Comisión de Voleibol bajo la presidencia de Francisco Albuja y de los señores Clímaco Murillo y Fausto Subía quienes realizan el primer campeonato abierto inter-clubes de voleibol entre los siguientes equipos: C.D. de Manta, Universidad de Guayaquil; Policía Nacional; C.S. Uruguay; L.D.E.; y Everest que se coronó campeón.

La primera preselección de voleibol en el país fue en 1952, bajo la dirección del profesor Francisco Albuja, esta selección se preparaba con miras al campeonato Sudamericano de Venezuela, al cual no pudieron asistir por falta de recursos económicos.

En 1961 la comisión integrada por Clímaco Murillo, Luis Sandoval, Raúl Cascante y Jorge Jones, querían que los seleccionados únicamente se concentren en las prácticas reglamentarias de voleibol, para encuentros de carácter nacional e internacional y se prohíbe la realización de todos los campeonatos de Ecuavóley, a partir de ese momento ha pasado a un segundo plano, especialmente por no ser reconocido como deporte olímpico,

no obstante su popularidad, hace que sea uno de los deportes más practicados en el país, permitiendo que el pueblo juegue y disfrute más esta variación ya que puede realizarse en cualquier espacio físico.

De esta manera en 1963, se realiza en Quito el Primer Campeonato Nacional de Voleibol, con la participación de Pichincha, Guayas, Chimborazo y Tungurahua.

Es en 1964 que por primera vez Ecuador acude a un Campeonato Sudamericano Masculino el mismo que se realizó en Buenos Aires (Argentina).

Selección ecuatoriana de Voleibol, que participó en el VI Campeonato Sudamericano en Buenos Aires, Argentina en 1964.



ASTUDILLO Avilés, Juan Albino. Historia del Deporte Ecuatoriano. Cuenca: Talleres de la UNE del Azuay, 2008.

Fig. 13

En 1965 se llevaron a cabo en nuestro país los Juegos Bolivarianos, realizados en Quito y Guayaquil donde participaron Venezuela, Perú, Colombia y Ecuador en categoría masculina y femenina, a excepción de Colombia que solamente lo hizo en varones. Ecuador obtuvo la medalla de bronce tanto en varones como en mujeres.

Selección de Pichincha, campeón de voleibol en 1965, representó al Ecuador en los Juegos Deportivos Bolivarianos de ese año.



ASTUDILLO Avilés, Juan Albino. Historia del Deporte Ecuatoriano. Cuenca: Talleres de la UNE del Azuay, 2008.

Fig. 14

Entre los jugadores más destacados se menciona a Hernán Junglbuth, Pablo Jiménez, Polibio Loyola, Xavier Adum, Patricio Sandoval.

Equipo femenino de Voleibol que representó al Ecuador en los
V Juegos Deportivos Bolivarianos de 1965.



ASTUDILLO Avilés, Juan Albino. Historia del Deporte Ecuatoriano.
Cuenca: Talleres de la UNE del Azuay, 2008.

Fig. 15

Equipo femenino de Voleibol de 1965; Maruja Layana, Beatriz Domenech, Nelly Álvarez, Ana Holmes, María Elena García y Leonor Carbo.

En 1967 en Guayaquil, se realizó el Segundo Campeonato Nacional Masculino y el Primer Campeonato Nacional Femenino, donde participaron: Guayas, Chimborazo y Pichincha, quedando campeón Pichincha en damas y varones.

Ecuador participó en los Juegos Deportivos Bolivarianos, Venezuela 1970, Panamá 1973, Bolivia 1977, Venezuela 1981, Ecuador 1985, Venezuela 1989, Bolivia 1993, Perú 1997, en donde Ecuador no obtuvo título alguno, ocupando lugares secundarios, luego en Ecuador 2001, nuestro país obtuvo medalla de bronce en hombres y mujeres.

Desde 1980 el voleibol se ha difundido por todo el país, el voleibol es conocido, pero sin embargo no es muy practicado, debido a que la mayoría de la población Ecuatoriana ya estamos acostumbrados al Ecuavóley, y además para práctica de este deporte se requiere de un coliseo cerrado con piso de madera, y no todos los planteles tienen estas posibilidades lo que dificulta su desarrollo.

Actualmente las federaciones deportivas provinciales son los entes encargados de la enseñanza, formación y desarrollo de voleibolistas, organizando campeonatos nacionales en las diversas categorías tanto en damas como en varones.



Las Federaciones Deportivas de cada provincia, organizan año tras año campeonatos de voleibol y de sus variaciones como el Ecuavóley de damas y varones, el voleibol de arena en las que juegan dos contra dos, contribuyendo así a su práctica y masificación general.

2.4.2. PRIMERAS COMPETENCIAS EN LOS JJNN.

Los Juegos Deportivos Nacionales (JJNN), son las competencias más importantes a nivel de nuestro país, porque estos juegos son la máxima cita deportiva nacional, al comienzo estos juegos fueron denominados como Olimpiadas Nacionales.

La I Olimpiada Nacional se da en Riobamba en el año de 1926, con la participación de 7 provincias, seis de la sierra y una de la costa (Azuay, Chimborazo, Guayas, Imbabura, Cotopaxi, Pichincha y Tungurahua), las cuales midieron sus fuerzas en 10 deportes: Atletismo, Baloncesto, Boxeo, Ciclismo, Esgrima, Fútbol, Pelota Nacional, Polo, Tenis de Campo y Tiro. Además en esta olimpiada hubo la participación de la mujer ecuatoriana en Tenis de campo.

Esta primera Olimpiada fue ganada por Pichincha, seguida por el Guayas y Chimborazo, aquí fue el nacimiento de lo que actualmente conocemos como Juegos Deportivos Nacionales.

En lo que concierne al Voleibol, llego a ser parte las competencias, durante la tercera edición Juegos Deportivos Nacionales celebrados en Quito en 1974, en este año los juegos volvieron a revivir, luego de casi 39 años de no celebrarse. Dándose cita 17 provincias con la participación masiva de 3000 deportistas, midiendo fuerzas en las siguientes Disciplinas Deportivas: Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Boxeo, Ciclismo, Ecuestres, Fútbol, Gimnasia, Golf (Exhibición), Judo, Lev. Pesas, Lucha, Natación, Tenis de campo, Tenis de Mesa, Tiro y Voleibol.

En lo referente a esta primera cita en la Disciplina de Voleibol, se debe resaltar que hubo la participación de tres provincias Guayas, Imbabura y Pichincha. Imbabura participo solo con la categoría de varones, quedando pichincha como campeón tanto en hombres y mujeres, seguido por Guayas.

También es importante recalcar que los Juegos Deportivos Nacionales, se celebraban cada 4 años hasta el 2008 y de ahí en adelante cada edición se celebra año tras año.

Ecuador logra la primera medalla histórica en los juegos ODESUR de Santiago de Chile en marzo del 2014, donde quedo campeón Argentina, medalla de plata para Chile y Bronce para Ecuador en varones.

2.5. HISTORIA DEL VOLEIBOL EN EL AZUAY

La provincia del Azuay participo por primera vez en la Disciplina de Voleibol, sin tener resultado alguno, en los IV Juegos Deportivos Nacionales celebrados en Guayaquil en 1976. En estos juegos hubo la participación de 7 provincias para este deporte ganando Guayas la medalla de oro y Los Ríos medalla de plata.

Cuenca fue la sede para los V Juegos Deportivos Nacionales en 1979, para la Disciplina de voleibol participaron, Azuay, Chimborazo, Esmeraldas, Guayas, Manabí y Pichincha. Quedando campeón Pichincha, en segundo lugar Guayas y en tercero Chimborazo en la categoría varones.

En la categoría damas Azuay obtuvo un tercer lugar con las siguientes Deportistas: Silvia Bravo, Libia Mancheno, Cruz Padilla, María Salamea, Eliana Crespo, Bella Reyes, María Tenesaca, Nelly Durán, Cecilia Ochoa, Tania Rosales, Yolanda Pacurúcu y Mónica Mendieta.

V JUEGOS NACIONALES 1979



En estos juegos Azuay obtuvo el tercer lugar, ganando la medalla de bronce.

Fig. 16

Azuay continuó participando en todos los Juegos Deportivos Nacionales: Manabí 1985, Ambato 1992, Esmeraldas 1996, Machala 2000, Ibarra 2004, en

todos estos juegos Azuay no pudo obtener ningún resultado en la Disciplina de Voleibol.

XI Juegos Nacionales. Macas 2008 el equipo del voleibol del Azuay, sorprendió al consagrarse por primera vez en la historia de la Juegos Nacionales, como campeón del evento en la categoría varones, con la participación de: Boris Barros, Daniel Brito, Juan Cabrera, Yesid Castillo, Juan P. Guerrero, Luis León, José J. Nazareno, Jaime Pauta, Juan Peñalosa, Jorge Sarmiento, Fredy Shicay, Marcos Tenorio, Adrián Vélez, equipo a cargo del entrenador Cubano Gerardo Pedroso.

XI JUEGOS NACIONALES
MACAS 2008



El equipo de Azuay por primera vez en la historia, logra consagrarse campeón de los juegos nacionales de Voleibol en varones.

Fig. 17

Durante todos los Juegos Nacionales celebrados hasta el 2008, dentro de la disciplina del Voleibol se competía en una sola categoría la juvenil, pero a partir del 2009 se compite en cuatro categorías diferentes: **Senior** (libre), **Juvenil** (varones hasta los 19 años y mujeres hasta los 18 años), **Pre-juvenil** (varones hasta los 17 años y mujeres hasta los 16 años) y la **Menor** (varones hasta los 15 años y mujeres hasta los 14 años).

Guaranda 2011, el equipo masculino de voleibol del Azuay, se llevó el título de los juegos de voleibol, por los VI Juegos Nacionales de Menores los cuales se realizaron en la cancha del coliseo Teodoro Gallegos Borja, de Riobamba.

El combinado morlaco, disputo la final contra Pichincha, derrotándolo 3-1, con marcadores parciales 25-20, 25-21, 22-25, y 25-20 y de esta forma los

campeones se tomaron la revancha con el equipo oro y grana que en la fase de grupos los había vencido.

Azuay alcanzó la corona en varones con el equipo integrado por: Andrés Chicaiza, Kevin Culcay, Mario Calle, Nelson Barrera, Milton Argudo, Sebastián Bravo, Fabricio Astudillo, Julio Molina, Santiago Orellana y Eddy Zúñiga.



Azuay alcanzó la corona derrotando 3 – 1 al representativo de Pichincha **Fig. 18**

En las mismas competencias de Guaranda 2011, Torneo Nacional de Menores las mujeres de Azuay quedaron vice campeonas tras ser derrotadas por Guayas que obtuvo la presea de dorada, Azuay se quedó con la de plata y Pichincha ganó el bronce.



El conjunto Azuay se quedó con la medalla de plata, tras ser derrotado por Guayas. **Fig. 19**

Azuay Campeón en Voleibol Femenino, por primera vez se logra el campeonato en Voleibol Femenino en la ciudad de Ambato, la final se disputo entre Pichincha y Azuay en los IV Juegos Nacionales Pre-juveniles Tungurahua 2012.

IV JUEGOS NACIONALES PRE - JUVENILES
TUNGURAHUA 2012



Azuay por primera vez logra ganar el campeonato de Voleibol Femenino.

Fig. 20

En el Campeonato Nacional de Menores **Guayas 2014**, organizado por la Federación Ecuatoriana de Voleibol, se obtuvo los siguientes resultados.

Las Voleibolistas Azuayas logran el título del Nacional de Menores en Guayaquil. Con mucha energía ya que logran remontar dos sets en contra, la selección femenina de voleibol damas logró la corona del Campeonato Nacional de Menores de Voleibol Sala. Siendo dirigidas por el profesor Leonardo Pieroni, derrotaron tres por dos al representativo de Guayas. Las cuencanas se impusieron, el partido superó las dos horas con parciales de 20-25; 24-26; 25-19; 26-24 y 15-8.

La nómina de las campeonas estuvo conformada por: Gabriela Ochoa (capitana), Sofía Vintimilla, Paola Palacios, Doménica Brito, Doménica Álvarez, Camila Moyano, Juliana León, Sofía Brito, Anabela Patiño, Ana Abril, Amira Ñauta y Evelyn Alarcón.



CAMPEONATO NACIONAL DE MENORES
GUAYAS 2014



Las Voleibolistas Azuayas logran el título del Nacional de Menores en Guayaquil, siendo dirigidas por el profesor Leonardo Pieroni.

Fig. 21

En estos mismos juegos Azuay con su elenco masculino se tomó la revancha y derrotó 3X1 al representativo de El Oro, adjudicándose la medalla de bronce, con parciales de: 18-25; 25-23; 25-22; y 26-24. Quedando la provincia de Esmeraldas Campeón y Guayas con el 2do lugar.

El equipo Azuayo lo conformaron: Paul Agudo (capitán), Diego Álvarez, Christian Bermeo, Bryan Jiménez, Kevin Sarmiento, Juan Narváez, Carlos Zambrano, Milton Gallegos, Kevin Castro, Julio Flores, Nicolás Brito y Pablo Morales.

CAMPEONATO NACIONAL DE MENORES
GUAYAS 2014



El representativo Masculino del Azuay obtuvo el tercer lugar en estos juegos.

Fig. 22



2.6. EL VOLEIBOL EN SANTA ISABEL

La Liga Deportiva Cantonal de Santa Isabel fue fundada el 24 de mayo de 1948, desde entonces este ente ha brindado diferentes deportes, empezando con el fútbol que es el deporte más popular, luego al pasar de los años se ofertaban deportes como: ciclismo, box, Ecuavóley y baloncesto, en la actualidad cuenta únicamente con dos disciplinas deportivas, que cuentan con entrenador, la una es el fútbol y la otra es el Ecuavóley.

Con respecto al Voleibol, este deporte no es practicado debido a que no se cuenta con ninguna institución que ofrezca la enseñanza o práctica de este deporte, incluida la liga cantonal, esta es la principal razón por la cual no se lo practica, otro motivo es que no se le ha dado la importancia necesaria, por lo cual nunca se lo ha promocionado y también por la falta de recursos, ya que no se cuenta con los implementos necesarios como son la red y los balones.

Actualmente se está haciendo historia por medio de este trabajo de graduación, ya que desde el mes de septiembre del 21014, se está desarrollando la práctica del Voleibol como un deporte de formación dentro del coliseo de la Liga Cantonal.

2.7. EL JUEGO Y SUS NORMAS

En este punto podemos apreciar de una manera más clara y resumida, las normativas y reglamentos más importantes que rigen el mundo del Voleibol, las cuales fueron aprobadas por el 33er. Congreso de la FIVB 2012, también encontraremos una breve reseña de su organización la cual está dirigida por la Federación Internacional de Voleibol.

2.7.1. LA ORGANIZACIÓN DEL VOLEIBOL

La FIVB (Federación Internacional de Voleibol), es el máximo organismo en el mundo del Voleibol y el cual es responsable de manejar, guiar, promover y dirigir el Voleibol en todo el mundo, y es el encargado de las siguientes actividades:

- a. Organización de las Competencias Internacionales.
- b. Adaptar y mejorar las Reglas de juego.

- c. Instituir y certificar a los árbitros y entrenadores.
- d. Promoción de todas las actividades del Voleibol a nivel mundial.

La FIVB, se divide en 5 confederaciones, las cuales eligen un Comité Ejecutivo que la representa directamente en la FIVB. Las Confederaciones son:

- a. Confederación de Europa.
- b. Confederación Asiática.
- c. Confederación Norte, Centro y el Caribe.
- d. Confederación de África y Malasia.
- e. Confederación Sudamericana.



Aquí podemos apreciar de forma gráfica los organismos que rigen el voleibol.

Fig. 23

FEDERACIÓN ECUATORIANA DE VOLEIBOL

La Federación Ecuatoriana de Voleibol (FEV), tiene bajo su responsabilidad la planificación, dirección y control del Voleibol en el Ecuador, y está sujeto a las leyes y reglamentos de la república, así como también a los estatutos del COE (Confederación Olímpica Ecuatoriana) y de la Federación Deportiva Nacional y a su vez a los reglamentos internacionales del Voleibol.

La FEV está dirigida por el Manabita Lauro Cedeño como presidente, esta organización está integrada por las Asociaciones y comités provinciales que cumplen con los requisitos establecidos en la Ley de Educación Física, Deportes y Recreación.



Los miembros integrantes de la Federación Ecuatoriana de Voleibol, son las Federaciones Provinciales, dentro de la cuales tenemos: Azuay, Bolívar, Cañar, Carchi, Chimborazo, Cotopaxi, El Oro, Esmeraldas, Galápagos, Guayas, Imbabura, Loja, Los Ríos, Manabí, Morona Santiago, Napo, Orellana, Pastaza, Pichincha, Santa Elena, Sto. Domingo De Los Tsáchilas, Sucumbíos, Tungurahua y Zamora Chinchipe.



Este mapa conceptual observamos los organismos que rigen el voleibol en el Ecuador.

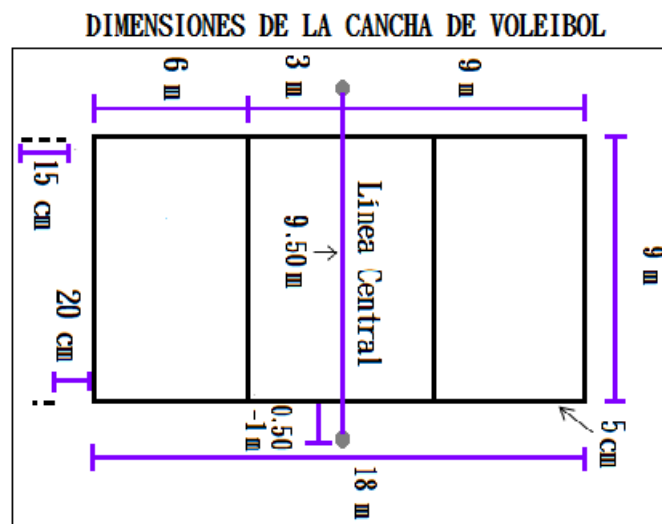
Fig. 24

2.7.2. INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTO

AREA DE JUEGO

El área de juego debe ser rectangular y simétrica; incluye el **campo de juego** que mide 18 m x 9 m y la **zona libre** que mide mínimo 3 m de ancho por todos sus lados. El **espacio de juego libre** es el espacio entre el piso y el techo, debe medir mínimo 7 m de altura desde el suelo.

La **superficie de juego** debe ser plana, horizontal y uniforme, no debe presentar ningún peligro para los jugadores. Está prohibido jugar en superficies rugosas o resbaladizas.



Medidas reglamentarias de la cancha de Voleibol

Fig. 25

LINEAS DE LA CANCHA

Todas las líneas tienen 5 cm de ancho y deben ser de color claro diferente al color del piso o de cualquier otra línea.

Líneas de Delimitación son las que marcan el terreno de juego y son las **líneas laterales** y las **líneas de fondo o finales** las cuales se trazan en el interior de las dimensiones del campo de juego.

Línea Central es la que divide el terreno de juego en dos campos de 9x9 m cada uno. Se considera que toda la línea pertenece por igual a ambos campos, esta línea se extiende por debajo de la red de línea lateral a línea lateral.

Línea de ataque se traza en cada campo, cuyo borde exterior se mide a 3 m del eje de la línea central, marca la zona de frente.

ZONAS Y AREAS

Zona de Frente está limitada por el eje de la línea central y el borde exterior de la línea de ataque.

Zona de Saque mide 9 m de ancho, está detrás de cada línea de fondo, lateralmente está limitada por dos líneas cortas de 15 cm de largo, trazadas a 20 cm de la línea final como una prolongación de las líneas laterales.

Zona de Sustitución está limitada por la prolongación de ambas líneas de ataque, hasta la mesa del anotador.

Zona de Reemplazo del Líbero es la parte de la zona libre, junto al banco de los equipos, limitada por la extensión de la línea de ataque hasta la línea fondo.

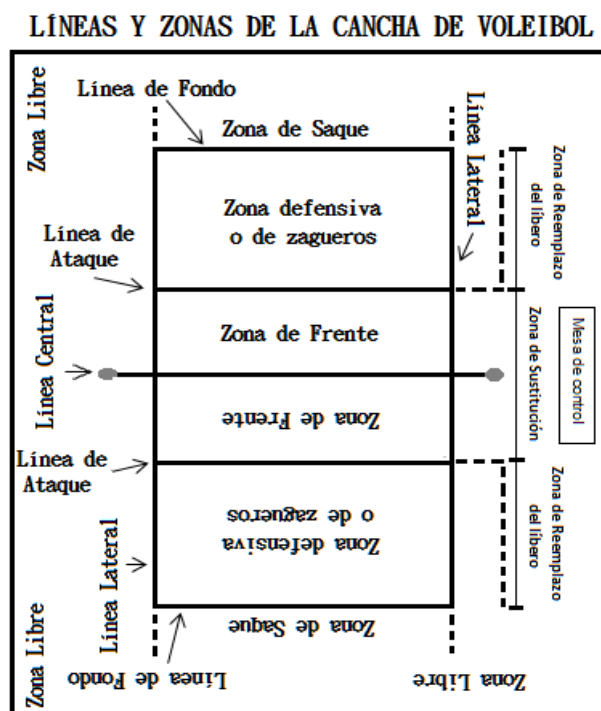


Fig. 26

2.7.3. RED

La red se encuentra ubicada verticalmente sobre la línea central, el borde superior de la red se coloca a una altura de 2.43 m para los hombres y 2.24 m para las mujeres. La red mide 1 m de ancho y 9,50 m a 10 m de largo, está

hecha de malla negra a cuadros de 10 cm por lado, en su borde superior hay una banda horizontal de 7 cm de ancho hecha de lona, al igual que en la parte inferior la cual mide 5 cm de ancho.

2.7.4. ANTENAS

Son dos varillas flexibles de 1.80 m de longitud y 10 mm de diámetro, hechas de fibra de vidrio. Se fija una en cada costado de la red, en el extremo exterior de cada banda lateral. Las antenas también se consideran parte de la red y delimitan lateralmente el espacio de paso. Quien toque la antena, comete falta.

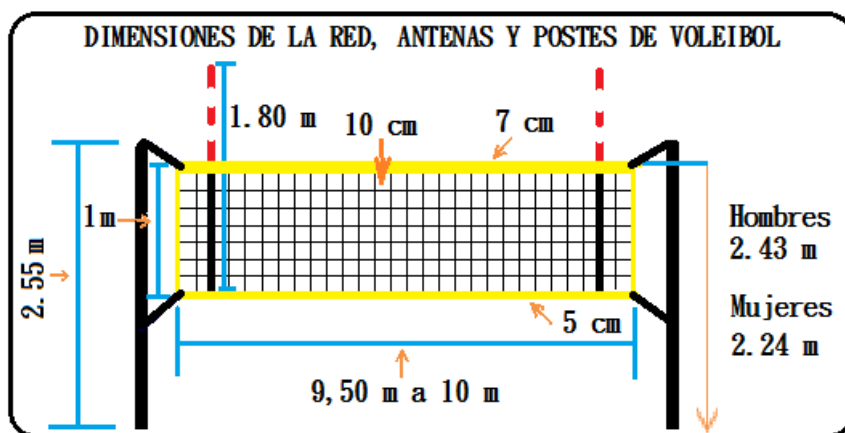


Fig. 27

2.7.5. FORMATO DE JUEGO

PARA ANOTAR UN PUNTO

Un equipo anota un punto:

- Por enviar exitosamente el balón al piso del campo de juego adversario.
- Cuando el equipo adversario comete una falta.
- Cuando el equipo adversario recibe un castigo

FALTA

Un equipo comete una falta cuando realiza una acción de juego contraria a las reglas (o las viola de alguna otra manera). Faltas de acuerdo con las reglas:

- Si dos o más faltas son cometidas sucesivamente, solo la primera de ellas es tomada en cuenta.
- Si dos o más faltas son cometidas simultáneamente por jugadores adversarios, se sanciona **Doble Falta** y se repite la jugada.

JUGADA Y JUGADA COMPLETADA

Una **jugada** es una secuencia de acciones de juego, desde el momento del golpe de saque, ejecutada por el sacador hasta que el balón queda fuera de juego. Una **jugada completada** es la secuencia de acciones de juego cuyo resultado es la obtención de un punto.

- Si el equipo que está sacando gana una jugada, anota un punto y continúa sacando.
- Si el equipo que está recibiendo gana una jugada, anota un punto y debe realizar el próximo servicio.

PARA GANAR UN SET

Un set (excepto el 5to set) es ganado por el primer equipo que anota 25 puntos, con una ventaja mínima de 2 puntos. En caso de un empate 24 – 24, el juego continua hasta obtengan los dos puntos de diferencia ejemplo: 27 – 25.

PARA GANAR EL PARTIDO

El partido es ganado por el equipo que gana 3 sets. En el caso de un empate 2 – 2 es necesario el quinto set que es el decisivo, este set se juega a 15 puntos pero de igual manera con una diferencia mínima de dos puntos.

La **Duración del Partido** puede ser muy variable, pudiendo extenderse desde alrededor de una hora hasta incluso más de dos horas y media.

2.7.6. LOS JUGADORES Y SUS POSICIONES

Cada equipo consta de 6 jugadores en el campo y hasta 6 suplentes, un equipo solamente podrá jugar cuando tenga los 6 jugadores en la cancha. Las posiciones de los jugadores están indicadas con el número 1 hasta 6 según el orden de saque.



Fig. 28

Los tres jugadores colocados frente a la red son los delanteros y ocupan las posiciones 4 (delantero izquierdo), 3 (delantero centro) y 2 (delantero derecho); los otros tres son jugadores zagueros y ocupan las posiciones 5 (zaguero izquierdo), 6 (zaguero centro) y 1 (zaguero derecho).

Después de cada saque se anula esta limitación respecto a las posiciones de los jugadores, cada uno podrá moverse libremente dentro del terreno de juego.

2.7.7. POSICIÓN

En el momento que el balón es golpeado por el jugador que saca, cada equipo debe estar colocado en su propio campo en el orden de rotación (excepto el jugador que saca).

2.7.8. ROTACIÓN

La rotación se realiza cuando el equipo receptor gana el derecho a sacar, sus jugadores deben efectuar una rotación en el sentido de las manecillas del reloj: el jugador en la posición 2 rota a la posición 1 para realizar el saque, el jugador en la posición 1 rota a la posición 6, etc.



Fig. 29

Falta de rotación

Se comete una falta de rotación cuando el saque no es efectuado de acuerdo al orden de rotación. Esto conlleva las siguientes consecuencias:

- El equipo es sancionado con un punto y el saque para el adversario
- El orden de rotación de los jugadores deben ser rectificado.
- Además el anotador deberá determinar el momento exacto en que la falta fue cometida y todos los puntos anotados desde ese momento por el

equipo infractor deberán ser cancelados. Los puntos del adversario permanecen válidos.

- Si el momento de la falta no puede ser determinado, no habrá cancelación de punto/s y un punto y el saque para el adversario será la única sanción.

2.7.9. ACCIONES DE JUEGO

BALÓN EN JUEGO

El balón está en juego desde el momento del golpe de saque autorizado por el primer árbitro.

BALÓN FUERA DE JUEGO

El balón está fuera de juego en el momento en que se comete una falta pitada por uno de los árbitros, en ausencia de una falta, está fuera de juego al momento que suena el silbato.

BALÓN “DENTRO”

El balón está “dentro” cuando toca el piso del campo de juego incluyendo las líneas limítrofes.

BALÓN “DENTRO”



Esta imagen nos muestra que el balón cae justo en la línea lateral, lo que es considerado válido o dicho de manera vulgar “buena”.

Fig. 30

BALÓN “FUERA”

El balón está “fuera” cuando:

- La parte del balón que toca el suelo está completamente fuera de las líneas que delimitan la cancha.

- Toca un objeto fuera de la cancha, el techo o una persona que no está en juego.
- Toca las antenas, cuerdas, postes, o la propia red fuera de las bandas laterales.
- Atraviesa el plano vertical de la red completa o parcialmente por fuera del espacio de paso.
- Cruza completamente el espacio inferior por debajo de la red.



2.7.10. JUEGO O CONTACTO CON EL BALÓN

Cada equipo debe ejecutar sus acciones dentro de su propio espacio y área de juego. Sin embargo, el balón puede ser recuperado más allá de la zona libre.

TOQUES POR EQUIPO

Un toque es cualquier contacto con el balón por parte de un jugador en juego.

Cada equipo tiene el derecho a un máximo de tres toques (además del bloque) para devolver el balón. Si utiliza más de tres toques, el equipo cometerá la falta de **cuatro toques**.

2.7.11. CARACTERÍSTICAS DEL TOQUE

El balón puede ser tocado con cualquier parte del cuerpo, pero habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, el balón puede ser tocado o impulsado



con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Puede rebotar en cualquier dirección.

Excepciones:

Durante el bloqueo se permiten contactos consecutivos entre uno o más jugadores a condición que los contactos ocurran en una misma acción.

En el primer toque del equipo el balón puede hacer contacto consecutivamente con varias partes del cuerpo, siempre que los contactos sean realizados durante una misma acción.

Durante la recepción del saque, es una falta realizar un doble golpeo una retención cuando se usa una acción de voleo con manos altas y dedos.

FALTAS EN EL TOQUE DE BALÓN

Cuatro toques: un equipo toca el balón cuatro veces antes de regresarlo.

Toque Asistido: un jugador se apoya en un compañero o en una estructura / objeto con el fin de golpear el balón dentro del área de juego.

Retención: el balón es retenido y/o lanzado; no rebota del toque.

Doble Golpe: un jugador golpea el balón dos veces en forma consecutiva o el balón toca sucesivamente varias partes de su cuerpo.

2.7.12. BALÓN EN LA RED

El balón enviado al campo contrario, debe pasar por encima de la red dentro del espacio de paso que está delimitado de la siguiente manera:

- Abajo, por el borde superior de la red.
- A los lados, por las antenas y sus prolongaciones imaginarias.
- Arriba por el techo.

Un balón que ha cruzado el plano de la red hacia la zona libre adversaria total o parcialmente a través del espacio exterior, puede ser recuperado dentro de los toques del equipo a condición que:

- El campo de juego adversario no sea tocado por el jugador.



- Al ser recuperado, el balón cruce el plano de la red nuevamente total o parcialmente por el espacio exterior del mismo lado de la cancha.
- El equipo adversario no puede interferir la acción

El balón que se dirige hacia el campo contrario a través del espacio inferior, está en juego hasta el momento que haya cruzado completamente el plano vertical de la Red.

Balón que toca la red, un balón que cruza la red puede tocarla.

Balón en la red, un balón enviado a la red puede ser recuperado dentro del límite de los tres toques del equipo.

Si el balón rompe las mallas de la red, a la tira, la jugada se anula y se repite.

2.7.13. JUGADOR EN LA RED

REBASAR CON LAS MANOS EL PLANO VERTICAL DE LA RED

Durante el bloqueo, un jugador puede tocar el balón por encima y más allá de la red, a condición de no interferir el juego adversario antes o durante el golpe de ataque de este último.

Después de un golpe de ataque está permitido a un jugador pasar la mano más allá de la red, a condición que el contacto con el balón se haya realizado dentro de su propio espacio de juego.

CONTACTO CON LA RED

- El contacto con la red por un jugador no es falta, a menos que interfiera con el juego.
- Los jugadores pueden tocar los postes, cuerdas, a cualquier otro objeto fuera de las antenas, incluyendo la red misma, a menos que esto no interfiera con el juego.
- No hay falta cuando el balón es lanzado contra la red y ocasiona que la misma toque a un adversario.

2.7.14. TIEMPOS REGLAMENTARIOS

Cada equipo tiene derecho a un máximo de dos tiempos de descanso y seis sustituciones por set.



Los **tiempos de descanso** duran 30 segundos y para solicitar un tiempo de descanso se debe realizar efectuando la señal manual correspondiente, cuando el balón está fuera de juego y antes del silbato para el saque.

Los **tiempos técnicos** son de 60 segundos y se dan dos para cada set, se aplican automáticamente del 1 al 4 set, cuando el equipo que lidera el marcador alcanza los puntos 8 y 16. En el quinto set no hay tiempos técnicos.

2.7.15. SUSTITUCIONES

Una sustitución es el acto por el cual un jugador que no sea el líbero o su jugador reemplazado, luego de haber sido registrado por el anotador, entra al juego para ocupar la posición de otro jugador, que debe abandonar el campo en ese momento.

2.7.16. INTERVALOS Y CAMBIOS DE CAMPO

INTERVALOS

Un Intervalo es el tiempo entre sets. Todos los intervalos duran 3 minutos.

Durante este período de tiempo, se realiza el cambio de campo y el registro de las formaciones de los equipos en la hoja del encuentro. El intervalo entre el 2do y el 3er set puede ser extendido hasta 10 minutos por el órgano competente, a solicitud del organizador.

CAMBIOS DE CAMPO

Después de cada set, los equipos cambian de campo, excepto para el set decisivo. En el set decisivo, cuando el equipo que lidera alcanza los 8 puntos, ambos equipos cambian de campo sin demora, manteniendo los jugadores las mismas posiciones.

2.7.17. EL JUGADOR LÍBERO

Cada equipo tiene el derecho de designar de la lista de jugadores en la hoja del encuentro, hasta dos jugadores especialistas en defensa líberos. Los líberos deben ser registrados en la hoja del encuentro en las líneas especiales reservadas para ello. Solo puede estar en la cancha un líbero a la vez.



ACCIONES QUE INVOLUCRAN AL LÍBERO

Se permite al líbero reemplazar a cualquier jugador en posición de zaguero.

Este jugador está limitado a actuar como zaguero y no se le permite completar un golpe de ataque desde ningún lugar, si el balón está por encima la red.

El líbero no puede sacar, bloquear o intentar bloquear.

Los reemplazos del líbero no cuentan como sustituciones. Son ilimitados, pero debe haber una jugada completada entre dos reemplazos (a menos que un castigo cause una rotación del equipo y el líbero se mueva a la posición 4, o que el líbero actuante queda impedido de jugar, quedando la jugada incompleta).

Al comienzo de cada set, el líbero no puede entrar al campo de juego hasta que el 2do árbitro haya chequeado la formación inicial.

2.8. CAMBIOS QUE SE VAN A REALIZAR

Cambios reglamentarios que se aplicaran en el 2015 dentro de todo el mundo, se vuelve atrás con el tema del toque de red, es decir que si algún jugador toca la red esto se convierte en falta y será sancionado.

También existen algunos cambios que se dan con respecto a la red y a la categoría de sus jugadores.

- Para infantiles (14 años) masculino 2.24 m.
- Para juveniles (16 años) masculino 2.35 m.
- En equipos masculinos desde los 18 años es 2.43 m.
- Para todas las categorías en equipos femeninos es 2.24 m.

2.9. EN ECUADOR

Existen modificaciones en tema de las alturas de la red, ya que van de acuerdo al reglamento interno que se quiera aplicar, ejemplo en los intercolegiales (federación estudiantil del Azuay) las alturas son infantiles damas 2.18 m y en varones 2.38 m y a partir de allí todas las categorías juegan con 2.24 m en damas y 2.43 m en varones como es el reglamento internacional en vigencia FIVB.



CAPITULO III





CAPITULO III

3. FUNDAMENTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS DEL VOLEIBOL

Actualmente el voleibol ha evolucionado tanto desde su creación, ahora no simplemente es un deporte en donde se busca ganar con diversas acciones para dicho fin, sino que su evolución radica en lograr que el deportista, alumno, pueda alcanzar una productividad mediante la utilización de diversas acciones técnico-tácticas que se presentan en los entrenamientos y que en su momento serán aplicadas en situaciones reales de juego.

El voleibol es un juego interesante, divertido y apasionante, en el cual los deportistas pueden desarrollar todas sus capacidades y habilidades, llegando de esa forma a resolver todos los desafíos que se presentan durante las diferentes circunstancias de juego, y para ello es indispensable que los jugadores aprendan todas las acciones técnico-tácticas mediante las cuales pueden controlar el balón y evitan en lo posible que el equipo contrario anote el punto. En todas estas situaciones de juego, el balón debe ser golpeado, no puede ser agarrado, ni lanzado.

TÉCNICA DEL VOLEIBOL

Antes de comenzar a describir los fundamentos técnicos, es preciso hablar sobre la importancia que conlleva el aprendizaje técnico de estos fundamentos, pues ofrece diferentes alternativas para que los deportistas se desenvuelvan dentro del juego, el conocimiento y dominio de los elementos técnicos resulta muy importante para el deportista, ya que con ellos el jugador es capaz de darle soluciones a diferentes problemas o retos que se le presenten en el campo de juego.

Hoy en día el voleibol presenta un alto nivel de exigencias en los movimientos que se practican, por lo cual los jugadores necesitan estar preparados y tener bien desarrolladas todas las acciones técnicas, intentando ejecutarlas con el menor grado de error posible. También por otro lado es necesario conocer definiciones de técnica, que nos servirán para una mejor comprensión y entendimiento de lo que se está manifestando.



3.1. DEFINICIONES DE TÉCNICA

Según Matveev, L (1983:122), define la preparación técnica como... “La enseñanza de las bases de la técnica de acciones, realizadas en la competencia o que sirven de medio para el entrenamiento, y el perfeccionamiento de las formas elegidas de técnica deportiva. Representa el proceso de dirigir la formación de conocimiento, habilidades y hábitos”.

Grosser, M y Neumaier, A (1986:15) dicen que... “La técnica es la realización del movimiento ideal al que se aspira es decir el método para realizar la acción motriz óptima por parte del deportista”.

Bayer, C (1988:157), piensa que la técnica es... “Una motricidad hiperespecializada, específica de cada actividad buscada y que se expresa a través de un repertorio concreto de gestos, y medio que el jugador utiliza para resolver racionalmente, en función de sus capacidades y las tareas en que se enfrenta”.

En el campo del entrenamiento deportivo, Forteza, A (1999:17), definió... “Los entrenamientos están dirigidos tanto a las enseñanzas como al perfeccionamiento de las acciones técnicas (habilidades motrices), objeto de la especialidad deportiva o que le dan una base directa o indirecta a la misma”.

En un análisis realizado por, Andux, C y Padilla, O (1998:25), definieron la técnica de voleibol como... “El medio característico que ajustado a su reglamento propicia la comunicación entre los compañeros y oponente para lograr el éxito esperado”.

Una vez analizado las diferentes definiciones de técnica, se puede sintetizar que la técnica en el voleibol, es la adquisición de las capacidades o acciones motrices propias para poder resolver las diversas situaciones de juego, es decir son métodos o procesos utilizados para el perfeccionamiento de las habilidades básicas del voleibol, independientemente de las posiciones, funciones, o disposiciones técnicas - tácticas que ocupe en el terreno, los jugadores deben dominar todos los elementos técnicos.



En el voleibol existen los fundamentos básicos y los fundamentos técnicos, dentro de los fundamentos básicos, tenemos todos los movimientos, como son la coordinación, la flexibilidad, pero aparte de estos, es de vital importancia aprender las diferentes posiciones y desplazamientos. Por el contrario en los fundamentos técnicos, nos basamos específicamente en todas las que se efectúan para levantar el balón, y como se puede apreciar todos estos fundamentos o aspectos los tenemos presentes durante todo el juego.

Para comenzar la enseñanza del voleibol, es importante emprender con el aprendizaje de las posiciones y desplazamientos básicos, debido a que estas dos acciones son muy importantes, ya que de ellas depende la ejecución correcta de las acciones propias del juego, formando así una parte primordial en la preparación del voleibolista.

3.2. FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL

3.2.1. POSICIONES

Si bien es cierto el cuerpo humano es complejo, por que presenta diversos tejidos, órganos, aparatos y sistemas, y es por esta razón que nuestro cuerpo puede adoptar diferentes posturas. De manera que es muy importante en las primeras sesiones trabajar en las posiciones y desplazamientos del cuerpo repitiendo una y otra vez las posturas correctas, siendo estas el punto de partida para la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol.

El voleibol es un deporte que obliga al jugador a moverse y que rara vez este en una posición estática o inmóvil, por lo cual el jugador debe estar predispuesto a adoptar distintas posiciones, dentro de estas posturas fundamentales tenemos tres posiciones: alta, media y baja, las cuales se diferencian en los siguientes detalles.

- Posición de los pies.
- Posición de las piernas y brazos.
- Posición del tronco.
- Posición de la cabeza.

POSICIÓN ALTA

La posición alta es la mas sencilla y facil de adoptar, esta postura es la que se utiliza con mayor frecuencia en los equipos que estan iniciando, pero por lo general esta posición se acoge en momentos de poca concentración, es decir en momentos en los cuales el jugador no se encuentra en espera directa del balón. Para ocupar la postura correcta debemos seguir los siguiente pasos, y ademas lo podemos observar en la Fig. 32.

- La cabeza alta y la mirada tiene que estar dirigidas hacia adelante.
- El tronco inclinado ligeramente hacia adelante.
- Los brazos durante el desplazamiento deben estar relajados, ya que esto ayuda para un desplazamiento mas rapido y efectivo.
- Piernas semiflexionadas y los pies separados a nivel de los hombros.

La posicion alta se realiza en las técnicas de toque de dedos y en los bloqueos, para el toque de dedos la dirección de los brazos es hacia arriba y semiflexionados en dirección de la frente, mientras que para el bloqueo los brazos estan totalmente estirados, la cabeza entre los brazos y las palmas de las manos totalmente abiertas buscando una mayor area de cobertura para intentar controlar el ataque, dentro de los fundamentos tácticos, esta posición es la que con mas frecuencia se utiliza sobre todo para el pase de colocación.

La forma de los pies en este tipo de posicion puede variar de acuerdo al trabajo con el balón, lo mas común es que un pie este mas adelantado que el otro, lo que permite un mayor equilibrio y mas facilidad para tocar el balón.



Para ejecutar el toque de dedos Fig. 32

POSICIÓN MEDIA

Cuando un deportista esta preparado para jugar, se lo puede notar con claridad por la posicion en la que se encuentra, la posición media es la más adecuada y se emplea como punto de partida para efectuar cualquier pase o acción de desplazamiento que se pudiese presentar. Esto quiere decir, que esta posición es la mas comun durante todo el juego, de esta forma el jugador tiene que esperar o desplazarse, ya sea para defender o atacar. Ademas se puede considerar que esta es la postura ideal, ya que de esta posición es facil cambiar a la posición alta o baja. Veamos como realizar la posisicon media:

- Piernas separadas a nivel de los hombros y las rodillas flexionadas.
- El peso del cuerpo reposa en ambos pies.
- Los pies deben estar orientados hacia el frente y en forma de paso.
- El tronco flexionado y levemente inclinado hacia adelante, la cadera baja y hacia atrás.
- Los brazos se ecuentran semiflexionados, a ambos lados del cuerpo.

Esta posición se usa para la técnica de toque de antebrazos como podemos ver en la fig. 33, también la posición media se utiliza para el fundamento táctico de recepción y defensa.



Fig. 33

POSICIÓN BAJA

Esta posición es la más compleja, ya que para llegar a aprenderla se debe dominar las dos posiciones anteriores, esta postura es muy desarrollada por los grandes jugadores, quienes utilizan esta posición con mucha frecuencia, sobre todo en acciones defensivas, esta posición la podemos lograr realizando varias

repeticiones para así automatizar el movimiento en nuestra memoria. Pasos a tener en cuenta para realizar la posición baja.

- Inclina el tronco hacia adelante, con la cabeza y la vista hacia el frente.
- Los brazos están hacia el frente y el peso del cuerpo se sitúa en la punta de los pies.
- Las piernas se encuentran más separadas y muy flexionadas, bajamos la cadera.
- Los pies separados, la posición de los pies varía mucho ya que algunos elevan los talones apoyándose en la punta de los pies, otros elevan el talón del pie que está más atrás, quedando apoyado sobre la punta del pie.

La posición baja se efectúa para realizar la técnica de toque de antebrazos, mientras que en las tácticas son para recepciones bajas, defensas, recepción de remates, caídas y planchas.

POSICIÓN BAJA



Fig. 34

3.2.2. DESPLAZAMIENTOS

Según el diccionario de la Real Academia Española la definición de desplazamiento es la: "Acción y efecto de desplazar".

Para comprender de una mejor manera, podemos expresar que los desplazamientos en el voleibol, son movimientos armónicos, ejecutados con el objetivo de llegar al balón antes de que este caiga al suelo, permitiéndonos de esta manera asegurar el éxito en la acción que se realice.

Para ejecutar cualquier fundamento técnico, se exige algún desplazamiento, estos deben ser rápidos y explosivos, cortos en distancia y rápidos en los cambios de dirección, un buen desplazamiento nos permitirá efectuar de la mejor manera el gesto técnico deseado.

Existen diferentes tipos de desplazamientos, dentro de los cuales tenemos:

- Cortos
- Medios
- Largos.

Desplazamientos cortos, son los más característicos en el voleibol, en estos desplazamientos se emplean distancias pequeñas entre 0 – 2 metros, las cuales se realizan en forma de paso o de salto, dentro de los principales desplazamientos tenemos: hacia atrás, hacia adelante y hacia los lados, siendo estos los más utilizados, ya que se los realiza durante todo el juego.

Desplazamientos medios, son consideradas las distancias entre 2 a 3 metros, normalmente se utiliza haciendo una sucesión de pasos, pero de manera general son efectuados para la técnica de ataque, porque que el rematador realiza una pequeña una carrera y salta para golpear el balón.

Desplazamientos largos, son los desplazamientos mayores a 3 metros, donde intervienen en mayor medida las carreras y la combinación de los dos desplazamientos anteriores, estos desplazamientos se usan en menor medida, por ejemplo, se utiliza cuando un jugador no pudo ejecutar bien la técnica de la recepción y envió el balón a una zona alejada.



Fig. 35



Dentro de estos desplazamientos tenemos diferentes direcciones que son:

- Desplazamientos cortos hacia adelante.
- Desplazamientos cortos hacia atrás.
- Desplazamientos cortos hacia la izquierda.
- Desplazamientos cortos hacia la derecha.
- Desplazamientos cortos en diagonal.
- Desplazamientos medios hacia adelante.
- Desplazamientos medios hacia atrás.
- Desplazamientos medios hacia la izquierda.
- Desplazamientos medios hacia la derecha.
- Desplazamientos medios en diagonal.
- Desplazamientos largos hacia adelante.
- Desplazamientos largos hacia atrás.
- Desplazamientos largos hacia la izquierda.
- Desplazamientos largos hacia la derecha.
- Desplazamientos largos en diagonal.

Una vez descrita las posiciones y desplazamientos, es necesario conocer, practicar y dominar los elementos o fundamentos técnicos del voleibol como son: el voleo, la recepción, el saque, el ataque y el bloqueo, que son las técnicas principales para poder jugar, pero también existen otras como son las caídas y las planchas.

3.2.3. VOLEO

El Voleo es un fundamento básico e importante del voleibol, teniendo en cuenta que su objetivo primordial es de ejecutar diferentes tipos de pases, además de ser esta su característica base, razón por la cual es muy significativo aprender esta técnica de una manera correcta, sabiendo esto podemos expresar que el voleo es ejecutado con intenciones de preparar el ataque, sobre todo en las acciones ofensivas de un equipo.

Al voleo lo podemos ver dentro de las acciones tácticas como colocación, naturalmente la colocación tiene como fin proporcionar un balón en perfectas condiciones para que el rematador envíe el balón hacia el campo contrario. La

colocación es el pase más preciso en el voleibol. El colocador debe distribuir balones a los diferentes rematadores a lo largo de todo el juego. Habitualmente en los jugadores principiantes el colocador se ubica en el puesto número 3.

TIPOS DE VOLEOS

Existen dos tipos de voleos: el voleo de pelotas altas y el voleo de pelotas bajas. Al voleo de pelotas altas también lo denominamos toque de dedos y el voleo de pelotas bajas lo llamamos toque de antebrazos.

El Voleo alto o Toque de dedos se lo realiza con las dos manos y puede ser ejecutado de diferentes maneras: hacia adelante, atrás y lateral, los cuales podemos distinguirlos durante su ejecución, en donde predominan los movimientos de los brazos estos serán los que nos permitan observar una acción distinta en cada caso.

En la enseñanza del voleo alto partimos de la ubicación de las manos, ya que es la principal herramienta para realizar el toque de dedos de manera correcta y con mayor facilidad.

La posición de las manos para el toque de dedos, debe ser cerca y por encima de nuestra frente, separamos los dedos de las manos, ofreciendo al balón una superficie cóncava, los dedos pulgares e índices en forma de copa, es decir formando un triángulo, durante la ejecución debemos mantener el contacto visual con el balón, sin embargo es necesario aclarar que en el momento del golpe, se utiliza exclusivamente las yemas de los dedos. Para poder ver de una manera más detallada podemos observar en la figura 36.



Fig. 36

TOQUE DE DEDOS HACIA ADELANTE

El toque de dedos hacia adelante, naturalmente es el más utilizado por todos los jugadores, ya sean estos principiantes o jugadores de elite, esta técnica es la efectiva entorno a preparar el ataque. Veamos como ejecutar la técnica de una manera correcta.

- El jugador debe estar en posición alta.
- Girar en dirección del juego, con ambos pies firmes en el suelo, doblamos un poco las rodillas.
- Colocamos las manos en posición de toque de dedos.
- Estirar las piernas, la cadera y los brazos hacia la pelota.
- Tocar la pelota delante de la frente.
- Llevar la pelota hacia arriba y delante hasta tener el cuerpo y los brazos totalmente estirados.

VOLEO HACIA ADELANTE



Fig. 37

TOQUE DE DEDOS HACIA ATRÁS

Este voleo se da con menor frecuencia en los equipos que recién están iniciando, pero en las altas competencias es muy utilizado, ya que su importancia principal radica en preparar de la manera más audaz posible los ataques, teniendo en cuenta que el objetivo primordial de este voleo es con el propósito de opacar o engañar al oponente, dirigiendo el balón hacia un lugar inesperado y así desarrollar un ataque más efectivo y preciso. Para realizar este voleo:

- Partimos de la posición alta.
- Las piernas separadas, brazos y rodillas semiflexionados.
- En este caso el balón se recibe por encima de la cabeza, con las palmas de las manos hacia arriba.
- En el momento que se realiza el contacto con el balón, el jugador arquea un poco la espalda hacia atrás.
- Simultáneamente estiramos piernas y brazos hacia arriba.
- Las manos van hacia atrás dándole dirección al balón.

VOLEO HACIA ATRÁS



Fig. 38

TOQUE DE DEDOS LATERAL

El voleo lateral es el menos utilizado, debido a que requiere un alto grado de perfeccionamiento, este voleo tiene una gran importancia dentro de las tácticas ofensivas, porque tiene como objeto engañar al adversario y cambiar la trayectoria de juego. Para realizar este voleo podemos seguir los siguientes pasos:

- La posición inicial es igual a la de los otros voleos.
- El brazo lateral más alejado indica la dirección a la que vamos a enviar el balón. Este brazo pasa por encima de la cabeza del jugador formando un arco. En cambio el otro brazo se encuentra más flexionado.
- En el momento de golpear el balón, se produce una leve inclinación lateral de los brazos y simultáneamente estiramos todo el cuerpo siguiendo la inclinación del tronco.

VOLEO LATERAL



Fig. 39

TOQUE DE DEDOS CON SALTO O EN SUSPENSIÓN

El toque de dedos con salto o también denominado voleo en suspensión, es una variante del voleo alto, diferenciándose del resto por la forma de su ejecución, porque en el momento de golpear el balón el jugador realiza un salto vertical, su posición inicial es igual a los otros voleos pero el contacto con el balón se realiza en el aire.

VOLEO CON SALTO



Fig. 40

TOQUE DE ANTEBRAZOS

El toque de antebrazos es la técnica más apropiada para pasar bien un balón bajo o seco, esta técnica es muy importante, puesto que los brazos funcionan como una tabla al momento de golpear el balón, este pase se lo realiza cuando el balón se recibe más abajo del pecho, pero en realidad tiene su sentido fundamental, que es ante un servicio o remate del equipo contrario. El toque de antebrazos lo podemos efectuar de la siguiente forma:

- El jugador se coloca en el campo en posición media.
- Las piernas separadas al ancho de los hombros, con las rodillas flexionadas.
- Las manos las ponemos la una sobre la otra y la cerramos, o también que las manos estén abrazándose la una a la otra.
- Los antebrazos deben estar unidos a la altura de los codos.
- Los brazos deben estar estirados y firmes, además de estar inclinados hacia delante en el momento del golpe, con lo que se consigue que el balón salga hacia delante. En el momento del golpe se utilizará el moviendo resorte.

TOQUE DE ANTEBRAZOS



Fig. 41

3.2.4. RECEPCIÓN

La recepción se define como la manera de interceptar y controlar un balón dirigiéndolo hacia otro compañero en buenas condiciones para poder jugarlo. Los balones bajos se reciben con los antebrazos unidos al frente a la altura de la cintura y los altos con los dedos, por encima de la cabeza. Se utilizan las técnicas de antebrazo, voleo, cabeceo o golpe con cualquier parte del cuerpo como último recurso.

La forma más habitual y efectiva de realizar la recepción del saque o los remates en sí, es que el balón sea golpeado desde abajo hacia arriba por ambos antebrazos, los brazos deben estar bien estirados y las manos entrelazadas, de esta manera logramos controlar el balón de una mejor forma y así elevarlo a una gran altura.

RECEPCIÓN



Fig. 42

3.2.5. SAQUE

El Saque o Servicio se define como la acción de poner en juego el balón, por el jugador zaguero derecho, situado en la zona de saque.

El saque es el elemento fundamental con el cual se comienza el juego. Este está presente durante todo el juego y sucede cada vez que se interrumpa por una falta. El jugador que efectúa el saque puede obtener directamente un punto, pero también puede perder el derecho al saque cuando falla.

El objetivo del Saque originalmente consistía en poner el balón en juego, es decir para empezar el juego. Pero actualmente el objetivo ha cambiado y ahora el saque es la primera arma de ataque.

SAQUES



Fig. 43

TIPOS DE SAQUES

Existen diferentes maneras de realizar el saque o servicio, pues con cada uno de estos saques se trata de obtener una mayor efectividad, intentando enviar el balón a los puntos más débiles de la defensa del adversario, en el servicio es muy importante la orientación debido a que el saque es considerado como una acción o técnica ofensiva.

SAQUE BAJO

Este saque es ideal para principiantes y en especial para niños por ser un saque sencillo, fácil de aprender, además se puede efectuar con poca fuerza y con exactitud. El saque bajo es de poca efectividad debido a que la trayectoria del balón es de poca velocidad, alta y curva. Lo cual facilita la recepción del equipo contrario. Para efectuar el saque bajo el jugador debe:

- Tener los pies separados a nivel de los hombros, el pie izquierdo debe de estar más adelante que el derecho en forma de paso.
- Las rodillas flexionadas y tronco inclinado hacia el frente, sostenemos el balón con la mano izquierda delante del jugador.
- Lanzamos el balón suavemente al aire, llevamos el brazo derecho hacia atrás doblando la rodilla.
- Luego desplazamos el brazo derecho y con la mano abierta golpeamos el balón fuertemente por detrás y debajo.
- Finalmente estiramos todo el cuerpo y el brazo con el que se golpea va en dirección del golpe, amortiguamos el impulso realizando un paso.

SAQUE BAJO



Fig. 44

SAQUE LATERAL

El saque lateral no es muy utilizado, pero también se lo realiza y más durante la progresión para aprender el saque de tenis, el servicio lateral puede ser muy efectivo si se realiza la técnica correctamente. Este saque se efectúa de la siguiente manera:

- El jugador se ubica de costado detrás de la línea de fondo, el pie izquierdo adelantado cerca de la línea de fondo en forma de paso, los pies están separados al ancho de los hombros.
- Mantenemos el balón en la mano izquierda, con el brazo estirado, flexionamos un poco las piernas.
- Lanzamos el balón, el brazo derecho lo abrimos llevándolo hacia atrás, bajamos la cadera flexionando las rodillas.
- Giramos bruscamente la cadera, con el brazo derecho estirado golpeamos con fuerza el balón, dándole un manotazo en el centro.
- Amortiguamos girando todo el cuerpo y en especial el brazo, en dirección del balón.

SAQUE LATERAL



Fig. 45

SAQUE DE PÉNDULO

Este es un saque muy potente y efectivo, este servicio generalmente se utiliza como una progresión para aprender el saque de tenis, pero es importante recalcar que los jugadores que perfeccionan este saque, también cuentan con un instrumento preciso para atacar al contrario, pues si es ejecutado de manera

correcta dificulta en gran medida la recepción del adversario. Este servicio se puede realizar de la siguiente forma:

- Nos ubicamos de espaldas a la cancha, las piernas flexionadas y separadas a nivel de los hombros, en la mano izquierda sostenemos el balón.
- Lanzamos el balón hacia arriba y la mano derecha la llevamos hacia atrás para pegar el balón con fuerza.
- Luego golpeamos el balón con toda la mano, mientras giramos bruscamente el cuerpo para que el golpe sea con más potencia.
- Al finalizar el golpe giramos todo el cuerpo hacia el campo de juego y entramos al terreno para seguir jugando.

SAQUE DE PÉNDULO



Fig. 46

SAQUE DE TENIS

Este servicio es el más utilizado, en el momento que los jugadores lo aprenden inmediatamente intentan perfeccionarlo, porque mediante este saque se puede efectuar saques duros, precisos y sobre todo se lo puede orientar al lugar que se desea, contando verdaderamente con una gran arma ofensiva. El saque de tenis se realiza:

- De frente a la cancha, detrás de la línea de fondo, adelantamos el pie izquierdo en forma de paso, sostenemos el balón en las dos manos (también se puede hacer con una mano)

- Lanzamos el balón al aire y con el cuerpo estirado lo mandamos hacia atrás, con el brazo derecho estirado hacia arriba y atrás.
- Luego llevamos el brazo derecho con fuerza y golpeamos en lo más alto del balón, con toda la mano hacia el campo contrario.
- Erguimos el cuerpo y bajamos el brazo en dirección del balón, concluimos el saque realizando un paso hacia adelante.

SAQUE DE TENIS



Fig. 47

SAQUE CON SALTO O EN SUSPENSIÓN

El saque con salto o también conocido como saque en suspensión, es el más utilizado por los jugadores de elite, ya que es el más preciso para dificultar la recepción del equipo contrario. Este saque requiere de mucha concentración y una técnica perfecta.

- El jugador se ubica a una distancia considerable de la línea de fondo para tomar impulso.
- Lanzar el balón con ambas manos hacia arriba y adelante (los especialistas también lo hacen con una mano).
- Tomar impulso y saltar por detrás de la línea de fondo, levantar ambos brazos.
- Tirar el hombro y el brazo hacia atrás y sacar, darle fuertemente a la pelota tocando la pelota por encima de la cabeza en el punto más alto.

SAQUE CON SALTO O EN SUSPENSIÓN



Fig. 48

3.2.6. ATAQUE

Es ataque es definido como la acción que pone fin a una jugada ofensiva.

El ataque es cuando un jugador corre, salta y golpea el balón por encima de la red, enviando el balón con fuerza al campo contrario buscando lugares mal defendidos o contra los jugadores, de manera que vaya contra el piso del campo contrario o simplemente que el equipo contrario no pueda recepcionarlo y el balón vaya fuera.

ATAQUE

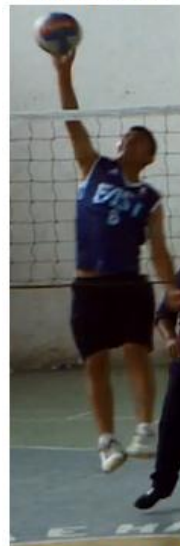


Fig. 49

El jugador también puede atacar optando por un engaño o finta así finalmente deja un balón suave que no es esperado por el contrario.

PROGRESIÓN DEL ATAQUE O REMATE

- El jugador que recepciona el balón, da un pase al jugador que está ubicado en el puesto 3, este jugador es el colocador que efectúa un pase, dejando el balón alto y en las mejores condiciones.
- El jugador que va a realizar el ataque está preparado, en el momento del pase, el rematador realiza dos pasos hacia adelante para tomar impulso.
- En el momento de la elevación lleva el brazo hacia atrás y golpea con fuerza el balón en su punto más alto, tratando de enviar el balón contra el piso del campo contrario.
- En el momento de la caída, lo realiza flexionando las rodillas para equilibrar su peso.

REMATE / ATAQUE



Fig. 50

3.2.7. BLOQUEO

El bloqueo es toda acción destinada a interceptar cualquier ataque del equipo contrario, para realizar el bloqueo se salta junto a la red con los brazos alzados, sin meterlos en el campo contrario, con el bloqueo se busca devolver directamente el balón al campo contrario, o también acortándole el campo de ataque y así obligarlo para que envíe el balón fuera del campo.

Para efectuar el bloqueo puede participar cualquiera de los jugadores delanteros, existe el bloqueo individual, bloqueo doble y el bloqueo triple. Una

de las opciones que tiene el atacante en salto, es precisamente lanzar el balón con fuerza directamente contra el bloqueo buscando la falta. También está prohibido bloquear el saque del adversario.



Fig. 51

3.3. TÁCTICA

3.3.1. DEFINICIONES DE TÁCTICA

Según Matveev, L (1983:148), define a la táctica como... “el arte de conducir la lucha deportiva. En general, el concepto táctica deportiva abarca todos los modos más o menos racionales de conducción del certamen por el deportista (táctica individual) y por el equipo deportivo (táctica de equipo)”.

Ozolin, N. G (1983:147) definió... “es el arte de conducir la competencia con el contrario. Su tarea fundamental: la más racional utilización de las fuerzas y posibilidades para lograr la victoria”.

Dentro de la Psicología Rudik, P. A y Rodionov, A. V (1990:392), expone que la preparación táctica... “perfeccionamiento de los procedimientos racionales de solución que surgen en el proceso de la competencia, y el desarrollo de las capacidades que determinan la efectividad de la solución de los problemas”.

El praxiólogo Hernández, J. (1996:169), reconoce a la táctica deportiva como... “Parte de la conducta motriz de un individuo, grupo o equipo, actuando



en una situación motriz determinada, que hace posible la resolución práctica de los problemas que dicha solución plantea”.

Padilla, O (2001:9), describe la preparación táctica en el voleibol como... “el modo dimensional de operar el sistema de situaciones simplificadas del juego implícita en los entrenamientos tácticos y competiciones en cuya condición influye y determina el pensamiento operativo y creador de los integrantes activos del equipo orientado a un objetivo común, el obstaculizar la intervención del adversario y en consecuencia obtener el éxito”.

Se puede concluir diciendo que táctica en el voleibol, es la aplicación de sistemas o estrategias específicas de juego, que van de acuerdo a las aptitudes o capacidades de los jugadores del equipo. Las tácticas jamás deben de ser complejas, ni sobrepasar las habilidades técnicas de los jugadores.

3.3.2. FUNDAMENTOS TÁCTICOS

Los fundamentos tácticos del voleibol, están íntimamente relacionados con las características técnicas de cada jugador, por este motivo es muy importante tener en cuenta algunos aspectos específicos durante el desarrollo del juego, estos aspectos o acciones tácticas van en función de los jugadores, del rival, del ambiente, de las instalaciones, entre otras. Además al momento de hablar de táctica podemos distinguir dos: la táctica individual y la colectiva.

Táctica individual, es la manera de pensar de cada jugador, la forma de resolver las diferentes situaciones de juego tomando la decisión correcta para efectuar con éxito una buena técnica. Dentro de las tácticas individuales están las siguientes tácticas: de saque, de bloqueo, de remate y de colocación.

Táctica colectiva, aquí tenemos las tácticas de equipo, es decir los sistemas de juegos, en los cuales el entrenador procura hacer la distribución más exacta posible de los jugadores, tanto en las funciones, posiciones, espacios que cubrir, etc. Estas estrategias de juego están pensadas para hacer del voleibol un juego más táctico y competitivo. Dentro de los sistemas de juegos tenemos los sistemas ofensivos y sistemas defensivos.

Existen algunos sistemas de juego pero solo trabajaremos con los sistemas que son los más utilizados y básicos para ofrecer un buen juego.

SISTEMA 6 – 0

Este sistema de juego es el más simple, es utilizado por los principiantes por ser un sistema básico, debido a que todos los jugadores juegan en todas las posiciones, para ello es ideal que los jugadores conozcan las posiciones o puestos dentro del campo de juego, de esta manera sabrán ubicarse ya sea como delantero o zaguero según el orden de rotación, es por este motivo que en este sistema ningún jugador se especializa, por lo cual deben dominar bien todos los elementos técnicos, tanto defensivas como ofensivas.

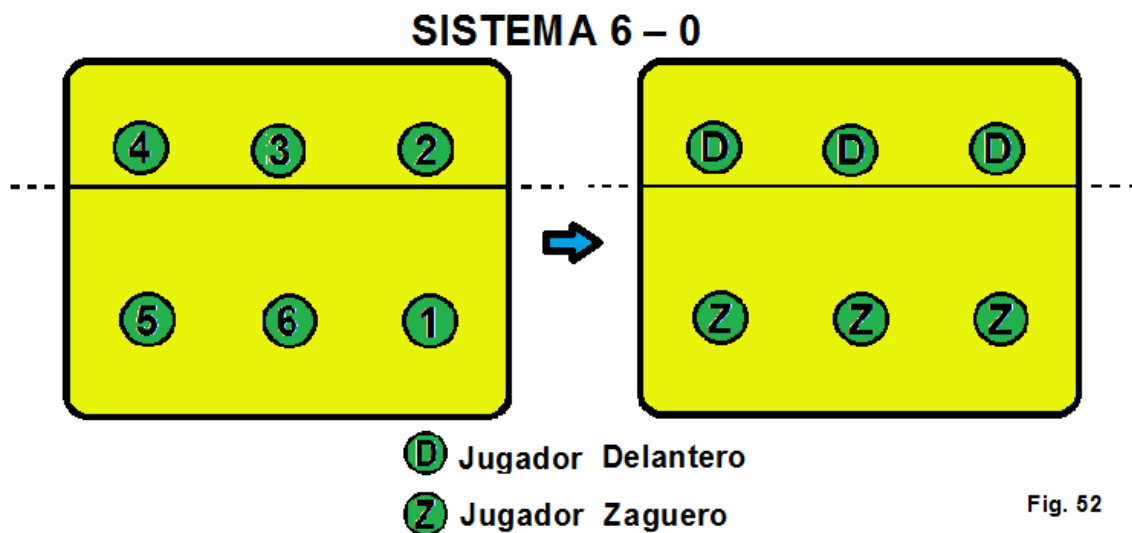


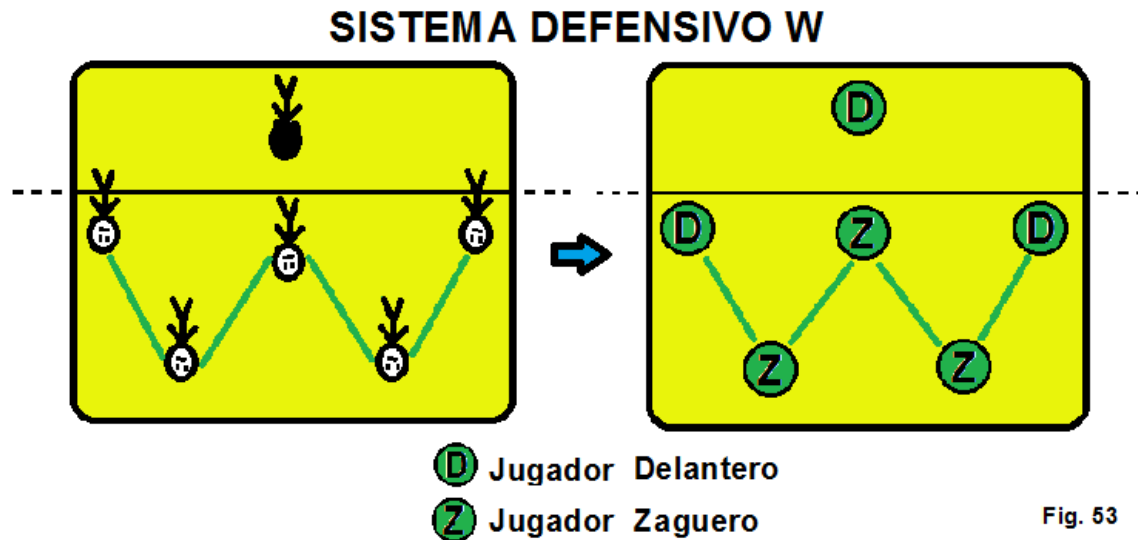
Fig. 52

SISTEMA DEFENSIVO W

En este sistema tenemos a 5 jugadores preparados para defender y atacar, el armador generalmente se coloca en el puesto 3, junto a la red y listo para realizar el segundo toque y así entregar el balón en excelente estado para el remate.

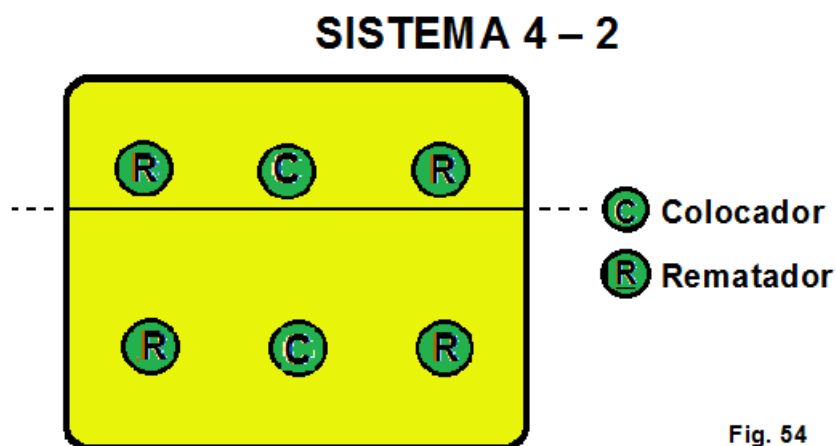
Para poder realizar el sistema W, los jugadores se ubican de la siguiente manera: comenzaremos por los delanteros, el delantero que está en el puesto 2 se ubica junto a la línea de ataque y a la línea lateral derecha, el número 3 se coloca junto a la línea central, muy cerca a la red también este jugador se encuentra de espaldas al equipo contrario, y el delantero que está en el puesto 4 se ubica a cerca de la línea de ataque y a lado de la línea lateral izquierda.

Los Zagueros, el jugador que está ubicado en la posición 6, se encuentra cerca de la línea central entre los delanteros 2 y 4, el número 1 se ubica entre el número 2 y 6 pero cerca de la línea de fondo, al igual el jugador número 5 que se coloca entre el 4 y el 6, cerca de la línea de fondo.



SISTEMA 4 – 2

El sistema 4 – 2 está formado por 4 rematadores y 2 colocadores, los colocadores se ubica en posiciones opuestas por ejemplo en el puesto 3 y el otro colocador en el 6 o también puede estar en la posición 2 y el otro en el puesto 5, así sucesivamente, de manera que siempre un colocador estará en la zona delantera, como se menciona este sistema es más complejo y ya los jugadores se especializan en determinadas zonas en especial los colocadores.





CAPITULO IV





CAPITULO IV

4. PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE

En este capítulo están descritas las actividades que se realizaron en la parte aplicativa de la propuesta, especialmente podremos apreciar diversos ejercicios para iniciar la práctica del voleibol, ejercicios que ayuden al aprendizaje de cada uno de los fundamentos técnicos, como son: voleo, recepción, saque, remate y bloqueo, para hacer posible todas las actividades se asignaron diversas de tareas, y en cada clase se realizaron las indicaciones de forma directas, utilizando las planificaciones con el método directo.

CONTENIDOS

- Definición del Voleibol
- Importancia
- Procedimientos de la iniciación al voleibol
- Familiarización con el balón
- Iniciación y utilización de los gestos técnicos para golpear el balón
- Aplicación del reglamento
- Practicar las diferentes técnicas del voleibol

ACTITUDES

- Cooperar con los compañeros
- Participar en situaciones colectivas de juego.
- Aceptar la ubicación correspondiente en el equipo
- Aceptar el hecho de ganar o perder como algo inherente al juego.

ACTIVIDADES

- Rutinas de calentamiento
- Manejo y control de balón
- Ejecución de los gestos técnicos
- Juegos de aplicación
- Circuitos
- Partidos



- Situaciones de juego real
- Puesta en práctica del reglamento

	PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL	
-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

ÁREA:	Cultura Física		AÑO
DEPORTE:	Voleibol		2014 – 2015
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	1
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	1
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Conocer la importancia del voleibol y su estructura de juego.		
OBJETIVOS:	Concientizar a los jóvenes sobre la importancia de hacer deporte.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	<p>Conversar con los estudiantes, sobre lo que conocen del voleibol.</p> <p>Explicar de qué se trata el voleibol y su importancia.</p> <p>Comunicar lo que se va a realizar durante la propuesta.</p> <p>Realizar el calentamiento general. (movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento)</p> <p>Hacer el calentamiento específico con y sin balones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	<p>Familiarizar con el balón.</p> <p>Demostrar las diferentes formas de levantar el balón.</p> <p>Formar grupos de trabajo</p> <p>Realizar las diferentes formas de coger el balón.</p> <p>Practicar el agarre del balón.</p> <p>Corregir los errores existentes.</p>	
CONSOLIDACIÓN	<p>Destacar algunos aspectos importantes del Voleibol (diferencias con el Ecuavoley).</p>	



A continuación podemos observar algunos ejercicios realizados durante la primera semana de entrenamiento:

EJERCICIO 1: Agarrar el balón que está en el suelo con las manos abiertas, las cuales van en forma de copa y los dedos pulgares e índices forrando un triángulo.



Ejercicio 1

EJERCICIO 2: Sentados en el suelo, cogemos el balón y lo rebotamos contra el piso, esto lo hacemos con ambas manos, este ejercicio es para familiarizarnos con el balón.



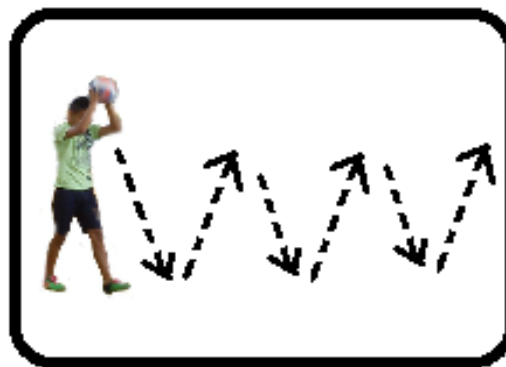
Ejercicio 2

EJERCICIO 3: Ejercicio para familiarizarnos con el balón, nos ponemos de rodillas, y al igual que el ejercicio anterior lo rebotamos y recogemos el balón con las manos en posición de toque de dedos.



Ejercicio 3

EJERCICIO 4: Ahora en posición de pie, rebotamos el balón con fuerza hacia el piso y lo recogemos con las manos abiertas, repetimos varias veces hasta llegar al otro extremo de la cancha.



Ejercicio 4

EJERCICIO 5: Lanzar el balón con fuerza contra la pared y cogerlo con las dos manos en posición de toque de dedos, repetir varias veces.



Ejercicio 5



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	2
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	2
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Conocer y aplicar el fundamento técnico del voleo.		
OBJETIVOS:	Aprender el fundamento técnico del voleo.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Conocer los fundamentos básicos del Voleibol. Realizar el calentamiento general. (Movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento). Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Conos • Platillos
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Explicar el voleo. Trabajar individualmente. Ejecutar diferentes desplazamientos. Realizar el toque de dedos hacia adelante en el mismo sitio, luego lo hacemos con pequeños desplazamientos. Practicar el toque de dedos contra la pared. Corregir los errores existentes.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar la mayor cantidad de toques de dedos sin hacer caer el balón, el que haga el mayor número de repeticiones gana.	





En la segunda semana se realizaron ejercicios que ayuden al aprendizaje del fundamento técnico básico, que es el voleo o toque de dedos, y para ello empezamos con desplazamientos y la posición base para el voleo alto.

EJERCICIO 6: Realizar diferentes desplazamientos, primero corremos hacia adelante, al llegar a los conos saltamos sobre ellos, después en los siguientes conos realizamos unos desplazamientos en zig – zag, al finalizar esto realizamos un desplazamiento bajo y vamos tocando los platillos.



Ejercicio 6

EJERCICIO 7: Nos ubicamos en posición alta, con los brazos relajados a los lados, doblamos un poco las rodillas, adelantamos un pie en forma de paso, de esta forma nos desplazamos dos o tres metros y levantamos las manos como si estuviéramos esperando para recibir el balón.



Ejercicio 7

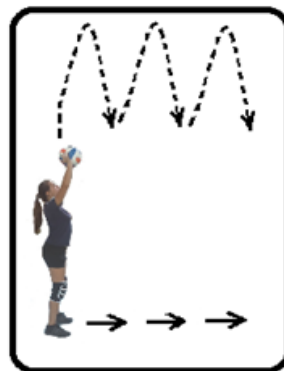
EJERCICIO 8: Agarramos el balón con ambas manos, delante de la frente y lanzamos el balón hacia arriba a lo que regresa el balón lo recogemos en la

posición de toque de dedos, las piernas deben estar abiertas a nivel de los hombros.



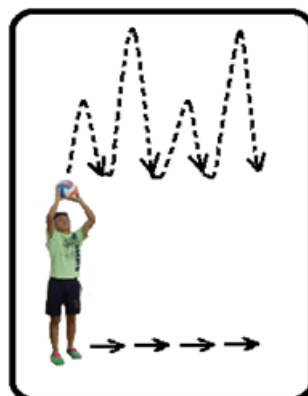
Ejercicio 8

EJERCICIO 9: Similar al ejercicio anterior efectuamos varios autopases con toque de dedos, hasta llegar a la línea de Fondo.



Ejercicio 9

EJERCICIO 10: Parecido al ejercicio anterior, solo con la diferencia de que se va variando la altura, realizamos un autopase bajo y otro alto, durante la ejecución se admitirá pequeños desplazamientos del jugador hacia el balón.



Ejercicio 10



	PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL	
-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

ÁREA:	Cultura Física	AÑO 2014 – 2015	
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	3
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	3
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Saber orientarse en el tiempo y espacio.		
OBJETIVOS:	Reforzar el toque de dedos hacia adelante, combinando con diferentes desplazamientos y direcciones.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	<p>Conversar sobre las diferentes maneras de realiza el voleo alto, ¿Cuál es la importancia? ¿Qué diferencia existe entre cada voleo?</p> <p>Efectuar el calentamiento general. (movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento)</p> <p>Cumplir el calentamiento específico. (trabajamos la cualidad de la resistencia)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	<p>Realizar ejercicios de desplazamientos.</p> <p>Demostrar los diferentes voleos.</p> <p>Formar grupos de trabajo.</p> <p>Ejecutar ejercicios de voleo alto en diferentes direcciones.</p> <p>Corregir errores.</p>	
CONSOLIDACIÓN	<p>Realizar voleo alto en parejas sin dejar caer el balón.</p>	



En esta semana se comienza a desarrollar la parte física y activamos a nuestro corazón mediante la resistencia aeróbica y a la vez reforzamos el voleo alto.

EJERCICIO 11: Realizamos una carrera continua alrededor del cantón, para trabajar la parte cardiovascular y mejorar la resistencia de los estudiantes.



Ejercicio 11

EJERCICIO 12: Realizamos abdominales, en el momento que se levanta lanzamos el balón contra la pared, lo recibimos y nos acostamos, esto lo realizamos de forma repetida.



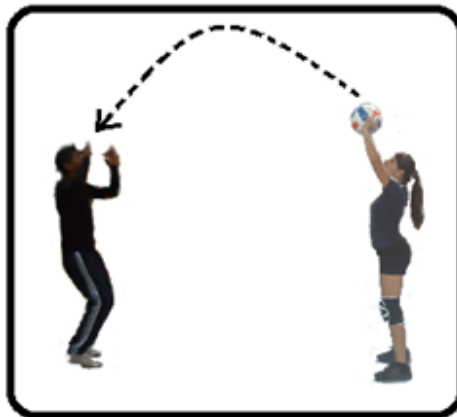
Ejercicio 12

EJERCICIO 13: Ejercicios de voleo en diferentes posiciones de pie, de rodillas, se sientan, se acuestan, luego invierten en proceso.



Ejercicio 13

EJERCICIO 14: Los jugadores forman dos filas, cada pareja tiene un balón, se realiza el toque de dedos con el balón tratando de dirigirlo con precisión a su pareja.



Ejercicio 14

EJERCICIO 15: Formamos dos columnas donde los jugadores se sitúan cara a cara, el jugador que encabeza la columna tiene el balón y precisamente el comienza el ejercicio enviando el balón con pase de dedos al primer jugador del grupo contrario, al finalizar el pase el jugador se ubica rápidamente al final de su fila, etc.



Ejercicio 15



	PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL	
-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

ÁREA:	Cultura Física	AÑO 2014 – 2015	
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	4
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	4
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Diferenciar los diferentes tipos de voleos.		
OBJETIVOS:	Desarrollar la técnica del voleo alto hacia adelante y hacia atrás.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Explicar la importancia del voleo hacia atrás. Efectuar el calentamiento general. (Movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento) Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Demostrar cómo se hace técnica de del toque de dedos hacia atrás. Trabajar individualmente. Realizar el voleo alto hacia arriba y luego hacia atrás. Practicar los voleos aprendidos. Enmendar los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar de manera seguida el toque de dedos hacia atrás hasta llegar a la línea de fondo.	

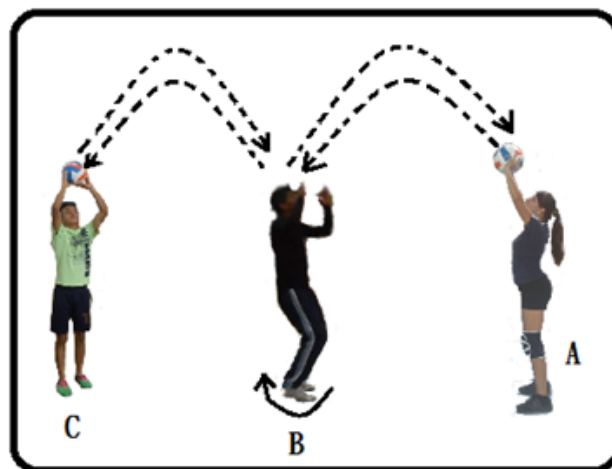


EJERCICIO 16: Se ubican los jugadores en parejas y se colocan cada uno al frente de su compañero. A la señal del profesor, las parejas empiezan a pasarse el balón con toque de dedos y van aumentando la distancia entre ellos. Vence aquella pareja que logra una mayor distancia sin dejar de pasarse el balón y sin que este caiga al suelo.



Ejercicio 16

EJERCICIO 17: Tres jugadores se colocan en una línea, los jugadores que se encuentran en los extremos sujetan los balones, el jugador B esta de cara al jugador A. El jugador A realiza un pase de dedos al jugador B, este le devuelve el balón con el mismo pase y se gira para hacer lo mismo con el jugador C.



Ejercicio 17

EJERCICIO 18: Los jugadores que tienen los balones están de espaldas hacia el sentido de su futuro desplazamiento. Cada jugador efectúa un autopase de dedos hacia arriba y otro pase de dedos hacia atrás, la altura del segundo pase de dedos no debe superar los 2 m, lo que resulta suficiente para efectuar el desplazamiento de espaldas y la adaptación de la posición inicial.



Ejercicio 18

EJERCICIO 19: Este ejercicio se puede realizar al final del entrenamiento para la fase de recuperación, los hacemos separamos piernas a nivel de los hombros, dejamos caer suavemente la cabeza y el tronco hacia adelante, los brazos deben estar relajados, ejercicio de relajación.



Ejercicio 19



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	5
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	5
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Controlar la posición del cuerpo y endurar los antebrazos.		
OBJETIVOS:	Desarrollar la posición media y la técnica del toque de antebrazos o recepción.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Reflexionar sobre la importancia de la recepción. Cumplir el calentamiento general y específico. Incorporar las posiciones básicas del voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Abstraer los aspectos más importantes de la recepción del saque. Presentar la posición básica para la ejecución de esta técnica. Trabajar individualmente. Mecanizar la posición base y la posición correcta de los brazos. Enmendar los errores existentes.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar el toque de antebrazos de forma consecutiva.	



Desde esta semana de entrenamiento ya incorporamos una nueva técnica, que es el toque de antebrazos, pero para ello es de vital importancia practicar la posición media que es la más adecuada para realizar esta técnica.

EJERCICIO 20: Nos ubicamos en posición media, es decir separamos las piernas a nivel de los hombros con las rodillas flexionadas, el tronco flexionado y levemente inclinado hacia adelante con la cadera baja y hacia atrás, Los brazos se encuentran semiflexionados, a ambos lados del cuerpo. Realizamos desplazamientos hacia el otro extremo de la cancha. Lo repetimos varias veces y en diferentes direcciones, hacia adelante, hacia atrás, hacia los lados, etc.



Ejercicio 20

EJERCICIO 21: Estirar los brazos desde los hombros, hacia adelante coger con una mano la otra, colocar los pulgares el uno junto al otro e inclinar las muñecas hacia abajo y que los brazos estén totalmente estirados y paralelos.



Ejercicio 21

EJERCICIO 22: El jugador efectúa una serie de autopases del balón con los antebrazos, tratando de dominar el balón, repetir esto varias veces sin desplazamiento.



Ejercicio 22

EJERCICIO 23: Realizar el toque de antebrazos variando la fuerza y la altura del autopase, lo realizamos con pequeños desplazamientos hasta llegar a la línea de fondo.



Ejercicio 23



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	6
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	6
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Dominar la técnica de antebrazos.		
OBJETIVOS:	Reforzar la técnica de antebrazos. Aprender la técnica del servicio o saque.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Explicar los diferentes tipos de saques. Realizar el calentamiento general y específico. Implementar ejercicios de fuerza.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Sacar los aspectos más importantes del servicio. Demostrar cómo se realiza el saque bajo. Trabajar individualmente. Ejecutar los diferentes pases y el saque bajo. Pulir los errores existentes.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar el toque de antebrazos en parejas o contra la pared, evitando que el balón caiga al piso.	





En esta semana trabajamos la recepción en parejas y adjuntamos una nueva técnica que es muy importante para el desarrollo del juego, como es el servicio o saque.

EJERCICIO 24: Los jugadores que están con el balón lo lanzan al compañero de manera que el jugador lo devuelva realizando el toque de antebrazos.



Ejercicio 24

EJERCICIO 25: Efectuar el toque de antebrazos contra la pared de manera seguida.



Ejercicio 25

EJERCICIO 26: Entre tres jugadores que están de frente, se efectuaran pases con los antebrazos, enviando el balón al compañero de su derecha consecutivamente sin hacer caer el balón.



Ejercicio 26

EJERCICIO 27: Lanzar la pelota hacia un compañero o contra la pared. Vigilar como se lleva el hombro hacia atrás y el codo hacia arriba, cuando se prepara para golpear.



Ejercicio 27

EJERCICIO 28: Sostenemos el balón en una mano, lo lanzamos hacia arriba y con la otra mano golpeamos en la parte baja del balón.



Ejercicio 28



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL

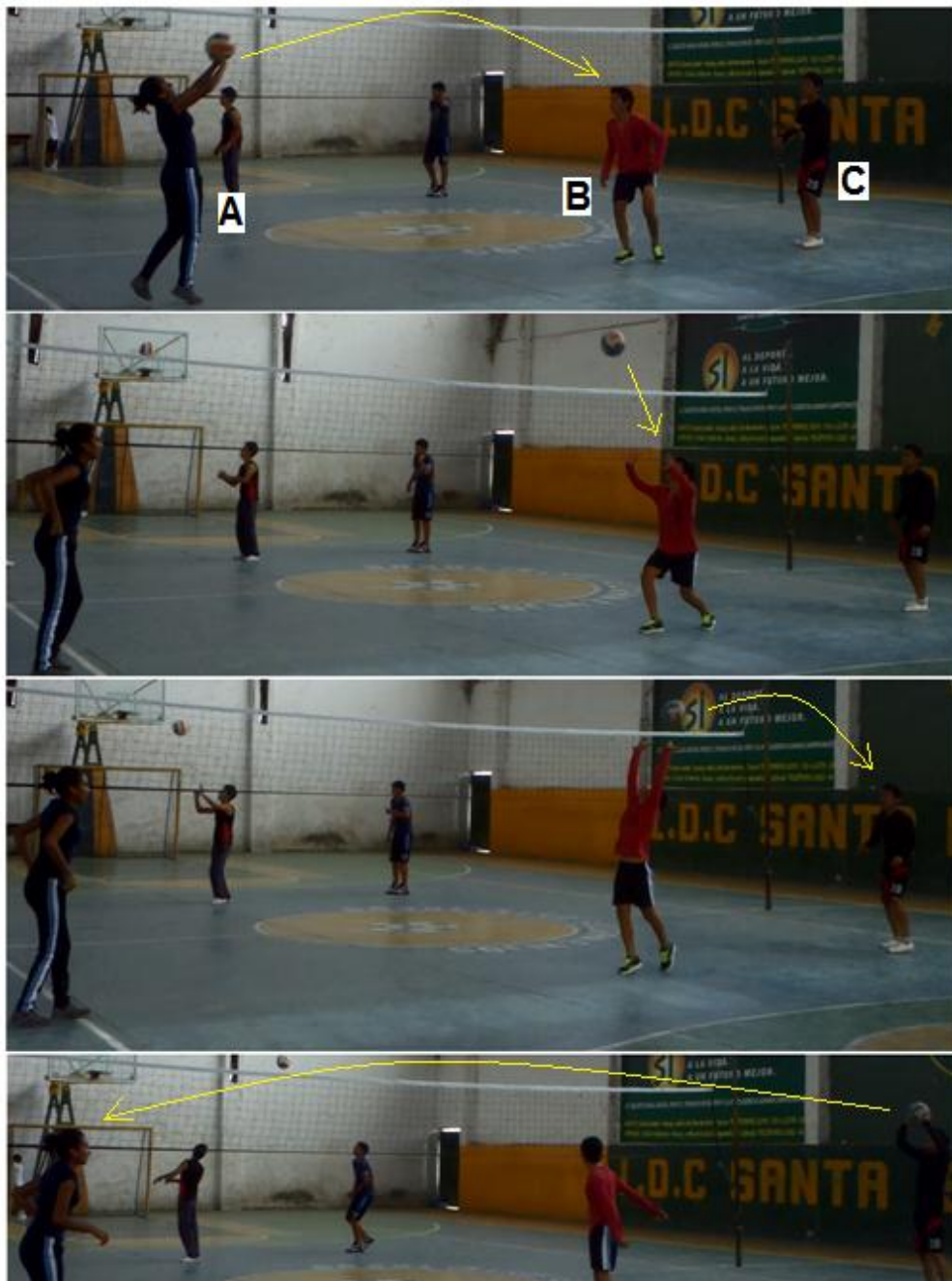


ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	7
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	7
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Aprender la técnica de saque.		
OBJETIVOS:	Aprender los diferentes tipos de saques. Trabajar los fundamentos técnicos en grupos.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Recordar los fundamentos técnicos en el Voleibol. Realizar el calentamiento general. (Movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento) Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Demostrar la técnica de cada saque. Trabajar individualmente y en grupos. Ejecutar los voleos, recepciones y saques. Practicar las técnicas aprendidas, en parejas o grupos de tres. Enmendar los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar el saque bajo el cual tiene que pasar la red y el jugador que se encuentra al otro lado del campo lo recepciona.	



EJERCICIO 29: Tres jugadores están en fila con una separación de tres a cuatro metros. El jugador A se coloca de cara a lo demás jugadores. Empieza el ejercicio el jugador A, quien pasa al jugador B que está en la mitad, el jugador B efectúa el toque de dedos hacia atrás al jugador C, quien pasa inmediatamente al primer jugador o jugador A, los jugadores de los extremos pueden realizar el voleo que deseen. Luego de 10 pases cambian sus posiciones.



Ejercicio 29

EJERCICIO 30: Se ubican dos jugadores frente a frente, el jugador que esta con el balón, coge el balón con una mano y lo lanza con fuerza hacia su compañero, quien recibirá el balón con el toque de antebrazos.



Ejercicio 30

EJERCICIO 31: Nos ubicamos cerca de la línea de fondo, de costado a la red adelantamos el pie izquierdo cerca de la línea y sostenemos el balón en la mano izquierda, lo lanzamos despacio y con toda la mano derecha le damos un golpe fuerte (un manotazo) en la mitad del balón.



Ejercicio 31



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	8
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	8
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Diferenciar los diferentes tipos de saques.		
OBJETIVO:	Practicar el saque de tenis. Aprender la técnica del remate o ataque.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Expresar la importancia del remate en el Voleibol. Realizar el calentamiento general. Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Indicar cómo realiza la técnica del golpe del balón en el ataque. Trabajar individualmente. Lanzar el balón hacia arriba y luego lo golpeamos con toda la palma de la mano. Mecanizar el remate contra la pared. Corregir los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Ejecutar el remate, lanzar el balón dar dos pasos y golpear.	



EJERCICIO 32: Dejamos caer el balón al piso y cuando rebota le damos un manotazo lo más duro posible, esto nos sirve para el ataque y el saque de tenis.



Ejercicio 32

EJERCICIO 33: Tenemos el balón en la mano, lo lanzamos hacia arriba y golpeamos el balón hacia la pared, llevar el hombro hacia atrás cuando se prepara para el golpe. Golpear con la mano abierta, después del golpe la mano debe inclinarse con impulso hacia abajo para darle un fuerte efecto a la pelota.



Ejercicio 33

EJERCICIO 34: Cada jugador efectúa alternativamente el saque desde la zona de saque el objetivo del ejercicio es sacar el balón en dirección libre sin tocar la red. Se tiene que golpear el balón en el punto más alto posible.



Ejercicio 34

EJERCICIO 35: Los jugadores se ubican uno detrás de otro formando una columna, cada uno con su respectivo balón, lo lanzan hacia arriba unos 20cm más alto que la red, en ese instante el jugador salta cerca de la red y golpea el balón con fuerza hacia el campo contrario.



Ejercicio 35



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO 2014 – 2015	
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	9
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	9
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Aprender el remate, golpeando el balón con fuerza.		
OBJETIVO:	Aprender el remate mediante el desplazamiento y con salto.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Conversar la importancia del remate y de las fintas o engaños para el ataque. Realizar el calentamiento general y específico. Implementar ejercicios de velocidad de reacción.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Analizar la diferencia entre el remate y las fintas. Señalar los tipos de remate y fintas, para el ataque. Establecer parejas. Ejecutar el remate contra la red. Enmendar los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar un pase a su pareja el cual está ubicado cerca de la red para realizar la colocación, el jugador que realizo el primer pase corre y salta hacia el balón para rematar.	



EJERCICIO 36: Los jugadores con su balón se separan unos tres metros de la red, formados en columna y por turno lanzaran el balón con fuerza contra el piso, mientras rebota el balón el jugador realiza dos pasos y se impulsa o salta para ejecutar el remate. El rebote debe sobrepasar la altura de la red.



Ejercicio 36

EJERCICIO 37: El entrenador o un jugador se sitúa en el centro del campo cerca de la red, la red colocada a unos 10 a 15 cm menos que la establecida, los jugadores forman una columna en la zona 4. El jugador le pasa el balón, a su compañero ubicado en la zona 3, él lanza el balón hacia arriba a la zona 4 y el primer jugador salta y realiza el golpe del balón dirigiéndolo por encima de la red, luego esta acción la repiten el resto de jugadores.



Ejercicio 37

EJERCICIO 38: En la misma formación del ejercicio anterior los jugadores efectúan el golpe con la carrera de impulso de un paso luego de dos y tres pasos, es evidente que en estos casos los jugadores se separan cada vez más del colocador (Jugador que realiza el pase en la zona 3).



Ejercicio 38

EJERCICIO 39: Igual al ejercicio 38, en esta ocasión se cambia el jugador que esta ubica en la zona 3. En este caso los jugadores tienen los balones, tienen que realizar el primer pase con toque de dedos y luego saltar a rematar.



Ejercicio 39



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	10
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	10
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Dominar la técnica del remate.		
OBJETIVO:	Reforzar el remate. Iniciar el aprendizaje del bloqueo.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	<p>Conversar las ventajas y desventajas del bloqueo.</p> <p>Efectuar el calentamiento general. (Movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento)</p> <p>Hacer el calentamiento específico con balones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	<p>Expresar cómo se hace la técnica del bloqueo.</p> <p>Organizar en parejas.</p> <p>Saltar con los brazos estirados y en lo más alto dar una palmada a su pareja.</p> <p>Ejercitar piernas, mediante saltos.</p> <p>Pulir los errores que existan.</p>	
CONSOLIDACIÓN	<p>Imitar el bloqueo saltando junto a la red.</p>	



EJERCICIO 40: Los jugadores se ubican en parejas frente a frente, con una distancia de 3 metros, el ejercicio consiste en efectuar 2 pasos y saltar lo más alto posible estirando los brazos hacia arriba y dan una palmada a su compañero. El ejercicio se repite 4 – 5 veces seguidas.



Ejercicio 40

EJERCICIO 41: El jugador se coloca cerca de la red, salta estirando los brazos hacia arriba de modo que las palmas de las manos pasen la altura de la red.



Ejercicio 41

EJERCICIO 42: Los jugadores en parejas se colocan en ambos campos de la cancha separados por la red. La distancia entre ellos es de dos metros, los jugadores se desplazan simultáneamente hacia la red, saltan sin detenciones al bloqueo y tocan las manos de sus compañeros por encima de la red.



Ejercicio 42

EJERCICIO 43: Dos grupos de jugadores se encuentran a ambos campos, los primeros jugadores en la red comienzan el ejercicio haciendo un paso añadido a lo largo de la red y saltando al bloqueo para tocar las manos de su compañero del otro campo por encima de la red, repiten lo mismo hasta llegar al final de la red.



Ejercicio 43



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



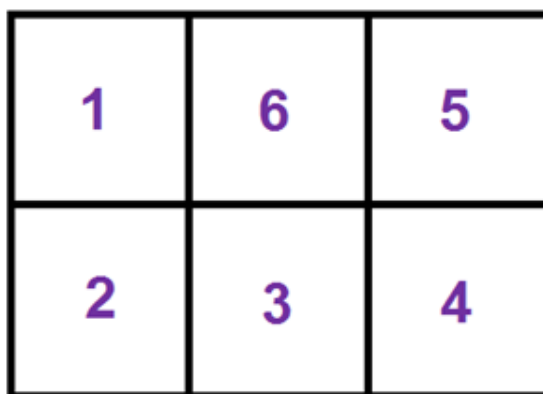
ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	11
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	11
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Reforzar los fundamentos técnicos y respetar las diferentes reglas de juego.		
OBJETIVO:	Aprender las posiciones dentro de la cancha y la rotación.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Realizar el calentamiento general. Cumplir el calentamiento específico con balones. Indicar las ubicaciones en la cancha.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Organizar grupos de trabajos. Ubicar seis jugadores en el campo, iniciar la regla de rotación. Fomentar la rotación cada que el equipo recupera el saque. Corregir los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Jugar Voleibol.	



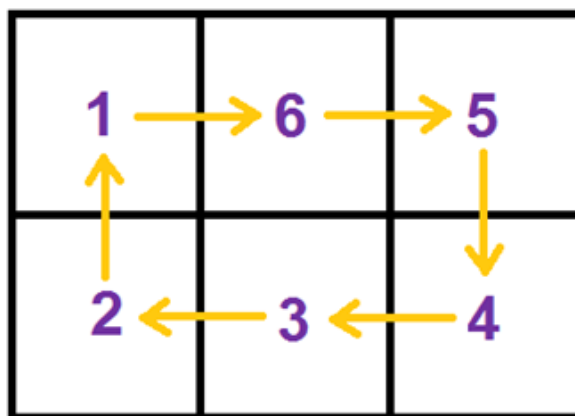
En esta semana de entrenamiento se desarrollaran las reglas básicas y se los jugadores experimentaran las situaciones reales de juego, también se explicara los toques que se pueden hacer por equipo, el orden de rotación, las ubicaciones.

EJERCICIO 44: Ubicamos a seis jugadores dentro de la cancha y con ellos explicamos las posiciones de juego, 3 jugadores están ubicados en la zona delantera (cerca de la red) y 3 en la zona zaguera (cerca de la línea de fondo). El jugador que está en el puesto 1 es el que siempre realiza el servicio o saque y está ubicado en la zona zaguera derecha, el puesto 6 está en la mitad y el puesto 5 en la izquierda, en la zona delantera tenemos el puesto 2 a la derecha, el 3 en la mitad y el 4 a la izquierda.



Ejercicio 44

EJERCICIO 45: Iniciamos con el orden de rotación, la rotación se realiza en sentido de las manecillas del reloj (hacia la izquierda), es decir el jugador que está en el puesto 1 pasa al puesto 6, el 6 al puesto 5, el 5 al puesto 4, el 4 al puesto 3, el 3 puesto 2 y el 2 al puesto 1.



Ejercicio 45



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	12
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	12
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Conocer y acatar las reglas y normativas básicas para el desarrollo del deporte Voleibol.		
OBJETIVO:	Comprender los reglamentos del voleibol.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Dialogar los reglamentos del voleibol. Recordar todas las técnicas dentro del voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Debatir en que se parece el Ecuavoley y el Voleibol y sus diferencias. Organizar una mesa redonda. Practicar las reglas básicas. Resolver las dudas de los deportistas. Realizar diferentes tipos de pases.	
CONSOLIDACIÓN	Jugar con los diferentes pases, realizando una trenza y al final encestamos el balón, el que logre llegar al otro extremo sin hacer caer el balón y mete el aro gana.	



EJERCICIO 46: Organizamos grupos de tres jugadores, con los cuales realizamos la trenza solo con voleo. Tres jugadores en línea; el balón tiene el jugador A, el cual realiza un pase al jugador B, e irá por detrás del jugador a quien pasó; mientras tanto el jugador B pasará al jugador C y hará lo mismo que el primero. Así hasta llegar al extremo del campo.



Ejercicio 46

EJERCICIO 47: 5 – 6 jugadores se sitúan a lo largo de la red, en el otro campo se colocan sus parejas con su respectivo balón, en la línea de ataque y frente a cada bloqueador. Cada jugador con balón realiza el papel de atacante, después de la carrera de impulso en dirección de la red, se hace el remate recto lanzando el balón.



Ejercicio 47



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	13
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	13
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Combinar las cualidades física y técnicas del voleibol.		
OBJETIVO:	Desarrollar las capacidades físicas específicas para el juego. Reforzar los fundamentos técnicos del voleibol.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Realizar el calentamiento general y específico. Plantear reglas de juego.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Demostrar ejercicios nuevos utilizando las diferentes técnicas del voleibol. Organizar grupos de trabajo. Ejecutamos ejercicios de velocidad de reacción con balón. Mecanizar los gestos técnicos. Enmendar los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Jugar voleibol, ejecutando todos los gestos técnicos aprendidos.	



EJERCICIO 48: En parejas, y con el silbato efectuar piques de velocidad, variando la distancia.



Ejercicio 48

EJERCICIO 49: De costado a la red, el jugador efectúa un autopase de dedos hacia adelante y por encima de la red, corre por debajo de esta, recibe el balón y lo envía de nuevo por encima de la red, desplazándose así a lo largo de toda la red. Lo podemos hacer con toque de dedos o toque de antebrazos.



Ejercicio 49

EJERCICIO 50: El jugador que tiene el balón lo lanza hacia su compañero, pero ya no a las manos sino a la derecha o izquierda, para que su compañero se mueva y lo devuelva con pase de antebrazos a las manos de su compañero, luego intercambian los papeles.



Ejercicio 50

EJERCICIO 51: Los jugadores se ubican por parejas uno al frente de otro. Los jugadores que tienen el balón realizan el saque enviando el balón a su pareja.



Ejercicio 51



	PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL	
-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

ARÉA:	Cultura Física		AÑO 2014 – 2015
DEPORTE:	Voleibol		
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	14
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	14
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Reforzar los fundamentos técnicos y los reglamentos del voleibol.		
OBJETIVO:	Fortalecer las cualidades físicas y técnico-tácticas del voleibol.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Explicar la táctica en el Voleibol. (Definición e importancia). Realizar el calentamiento general. Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Formar grupos de trabajo. Practicar ejercicios para cambiar la dirección del ataque (engañar al oponente). Memorizar las fintas. Pulir los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Realizar el ataque con voleo hacia atrás.	



EJERCICIO 52: Un jugador se ubica en el puesto 3 y los demás jugadores con su balón en columna, el primer jugador realiza un pase con voleo alto al

jugador que está en el puesto 3, este jugador realizara el pase de colocación con voleo hacia atrás, inmediatamente el jugador que efectuó el primer pase, corre por detrás del colocador y realiza el remate.



Ejercicio 52

EJERCICIO 53: Durante el juego, el jugador puede optar por engañar al equipo contrario y realizar un salto como si fuera a rematar, pero en vez de rematar deja un balón suave cerca de la red.



Ejercicio 53

EJERCICIO 54: Los jugadores en la zona de saque realizan alternativamente el saque acertando en cada cuadro señalado por el entrenador.



Ejercicio 54



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	15
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	15
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Conocer y aplicar las tácticas de juego.		
OBJETIVOS:	Reforzar las capacidades físicas, técnicas – tácticas y psicológicas que son específicas para desenvolverse en las diferentes situaciones de juego.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	<p>Conversar con los estudiantes, sobre los sistemas de juego.</p> <p>Explicar de qué se trata y su importancia.</p> <p>Realizar el calentamiento general. (movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento)</p> <p>Hacer el calentamiento específico con y sin balones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	<p>Demostrar cómo funcionan los sistemas de juegos.</p> <p>Ubicar 6 jugadores a cada lado de la cancha.</p> <p>Utilizar el sistemas 6 – 0.</p> <p>Practicar todos los fundamentos aprendidos.</p> <p>Corregir los errores existentes.</p>	
CONSOLIDACIÓN	<p>Jugar voleibol con el sistema 6 – 0.</p>	



EJERCICIO 55: Una vez conocido los fundamentos básicos, las posiciones y la regla de rotación comenzamos a jugar voleibol, con el sistema 6 – 0, es decir todos los jugadores realizamos todas las acciones de juego.



Ejercicio 55

EJERCICIO 56: Desde la zona de servicio los jugadores efectúan varias veces el saque por encima de la red conforme con las siguientes variantes.

- Saque a la parte derecha del campo contrario (recto).
- Saque a la parte izquierda del campo (diagonal).
- Saque al centro del campo contrario.



Ejercicio 56



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	16
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	16
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Dominar el sistema de juego defensivo W.		
OBJETIVOS:	Desarrollar el sistema de juego defensivo W.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Explicar las ventajas del sistema defensivo w. Realizar el calentamiento general. (movilidad articular lubricación, activación cardiovascular y estiramiento) Hacer el calentamiento específico con balones.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Realizar los diferentes tipos de pases en parejas Demostrar la ubicación de cada jugador para el sistema W. Crear grupos de trabajo. Realizar ejercicios defensivos. Corregir los errores existentes.	
CONSOLIDACIÓN	Aplicar el sistema W en el juego.	



EJERCICIO 57: Iniciamos con el sistema defensivo W, durante el juego aplicamos este sistema donde el jugador que se ubica en el puesto tres, se

coloca cerca de la red, a espera que el jugador que realiza la recepción le pase el balón para que el jugador tres lo reciba y realice la colocación.



Ejercicio 57

EJERCICIO 58: Para efectuar esta actividad, se ubican en parejas, los jugadores que están con el balón, lo lanzan después de que suene el pito, a sus compañeros que están de espaldas, ellos escuchan el sonido e inmediatamente se dan la vuelta para recepcionar el balón y devolverlo a su pareja, repetir varias veces y luego intercambian los papeles.



Ejercicio 58

EJERCICIO 59: En parejas, de pie la fila que está con el balón y la otra fila se colocan de rodillas, el ejercicio comienza cuando el jugador que esta con el balón lo lanza cerca de su pareja, quien instantáneamente se levanta y devuelve el balón con toque de antebrazos.



Ejercicio 59



PLANIFICACIÓN DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE
LIGA DEPORTIVA CANTONAL SANTA ISABEL



ÁREA:	Cultura Física	AÑO	
DEPORTE:	Voleibol	2014 – 2015	
ENTRENADOR:	Fabiola Barros	TAREA DE APRENDIZAJE No.	17
EJE TRANSVERSAL:	El Buen Vivir	SEMANA:	17
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO	Conocer y aplicar los fundamentos técnicos – tácticos y las reglas básicas para el desarrollo del deporte Voleibol.		
OBJETIVO:	Perfeccionar las capacidades físicas, técnico – tácticas y psicológicas dentro de las diversas situaciones de juego.		

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y/O ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS		RECURSOS
ANTICIPACIÓN	Dialogar con los deportistas sobre todas las dudas que tengan. Recordar las reglas básicas. Realizar el calentamiento general y específico.	<ul style="list-style-type: none"> • Cancha • Balones • Pito • Red • Postes
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO	Demostrar las diferentes faltas en el voleibol. Trabajar en grupo. Realizar dinámicas de cooperación. Practicar lo aprendido. Pulir los errores.	
CONSOLIDACIÓN	Jugar un partido de voleibol.	



EJERCICIO 60: Cada jugador realiza el saque dirigiendo el balón hacia los objetos ubicados en el campo contrario, en este caso al cono. Tipo de saque de tenis.



Ejercicio 60

EJERCICIO 61: Este ejercicio se realiza con 3 jugadores, se colocan dos jugadores frente a frente y el jugador que queda se ubica entre los dos sosteniendo un aro a la altura de 1,75 m. el jugador A realiza un pase alto por encima del aro, y el jugador B lo recepciona enviando el balón por dentro del aro al jugador A, lo repetimos varias veces, hasta perfeccionar el ejercicio. Luego cambian de posición.



Ejercicio 61



CAPITULO V





CAPITULO V

5. RESULTADOS

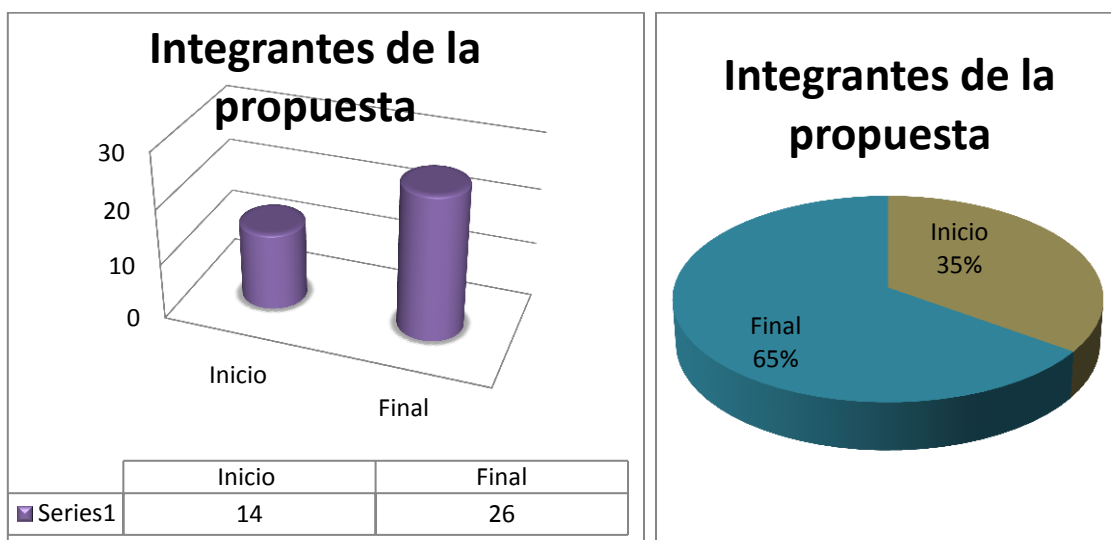
Luego de realizada la respectiva aplicación de la propuesta en todos sus ámbitos se han obtenidos varios resultados, los cuales se muestran en el presente capítulo, además se presenta un breve análisis de los cambios conseguidos en este lapso de tiempo.

Para conocer los resultados concretos veremos cuadros estadísticos, informes de gestión, aceptación en la colectividad y otros que permitirán de una forma clara entender el efecto del trabajo desarrollado.

Resultado de gestión.

- Se consigue la autorización para el uso del escenario deportivo para realizar las prácticas.
- Se obtienen balones para la iniciación de la presente propuesta.
- Se publicita por varios medios la propuesta.
- Se consigue jóvenes y señoritas (14) para iniciar la propuesta.
- Se adquiere uniformes para el entrenamiento y para desarrollar partidos amistosos de roce y fogueo de los deportistas.
- Se logra la autorización para utilizar el coliseo de la Universidad, para realizar dichos topes deportivos.

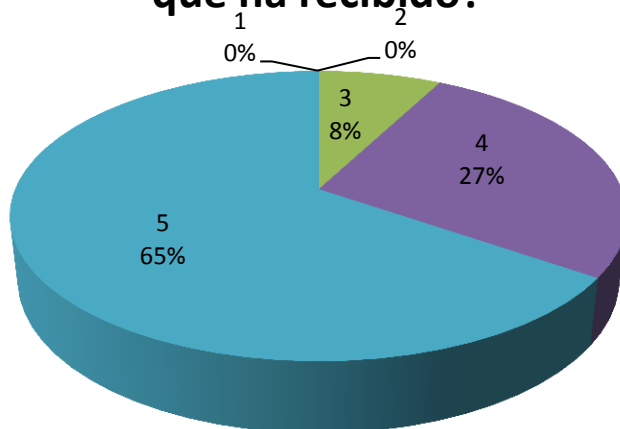
Cuadros Estadísticos



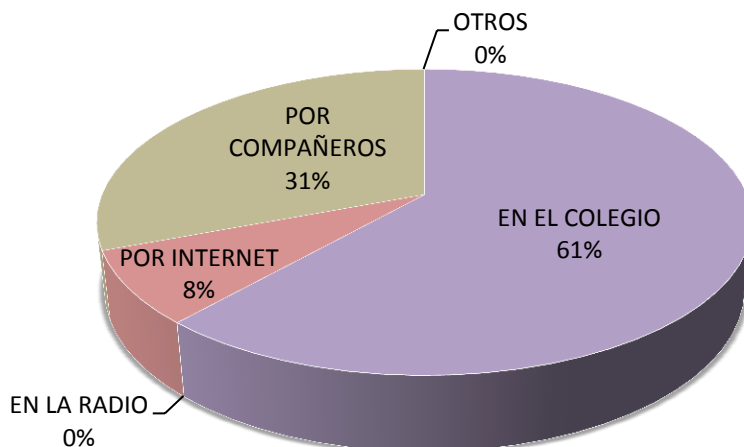


ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

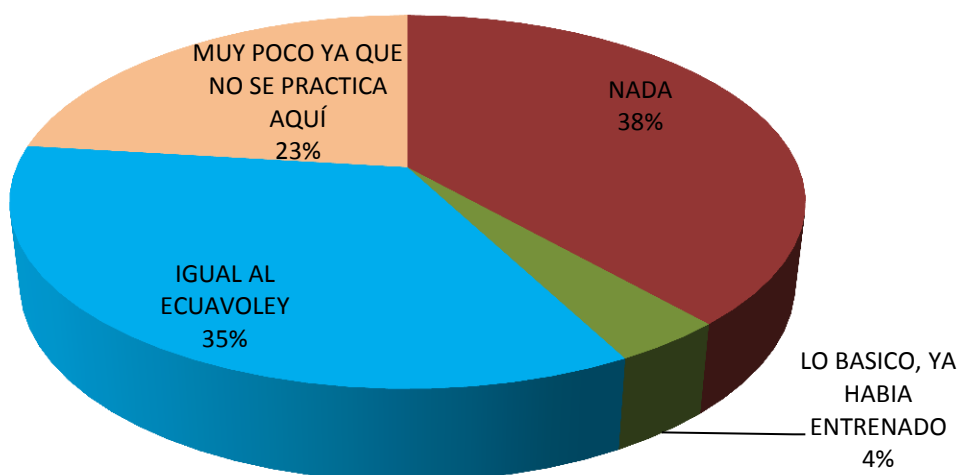
1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?



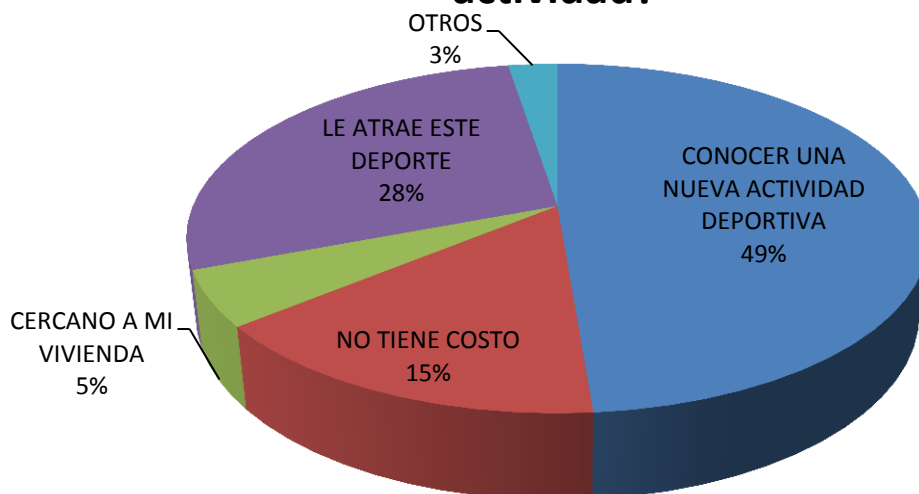
2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?



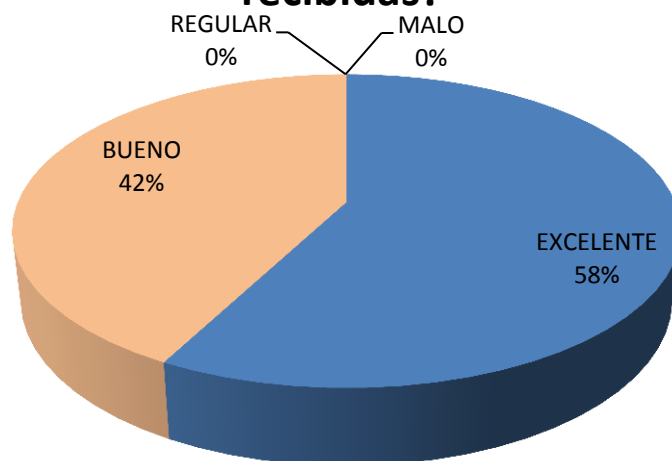
3. ¿Que conocía del Voleibol?



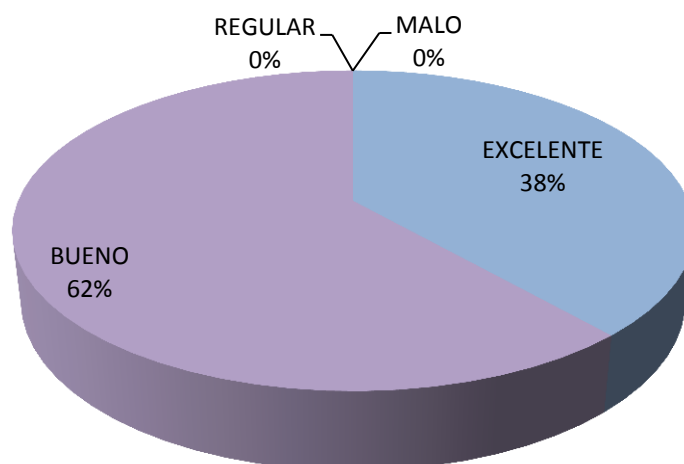
4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?



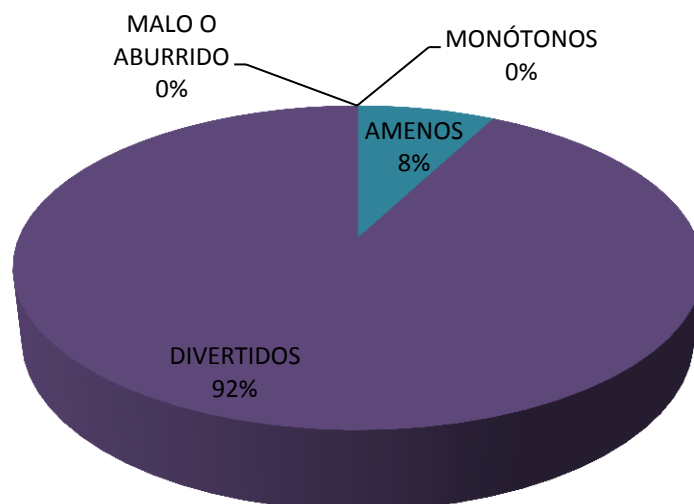
5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?



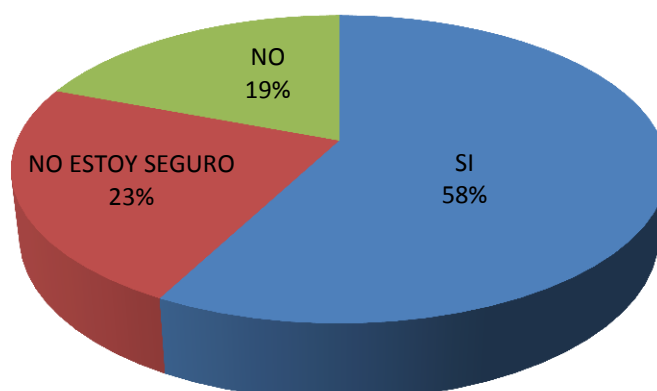
6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?



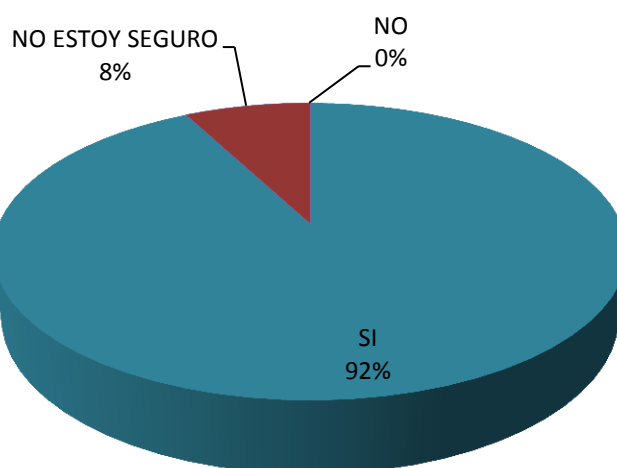
7. Los entrenamientos le parecieron:



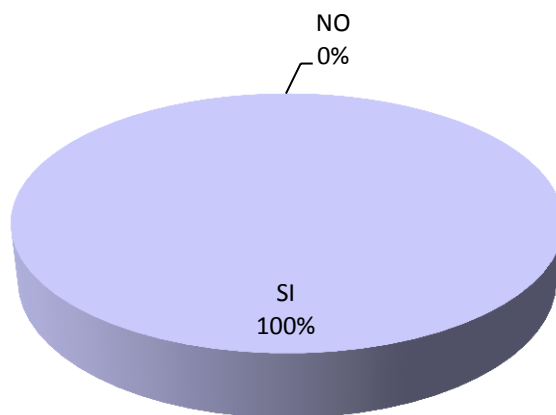
8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el Voleibol?



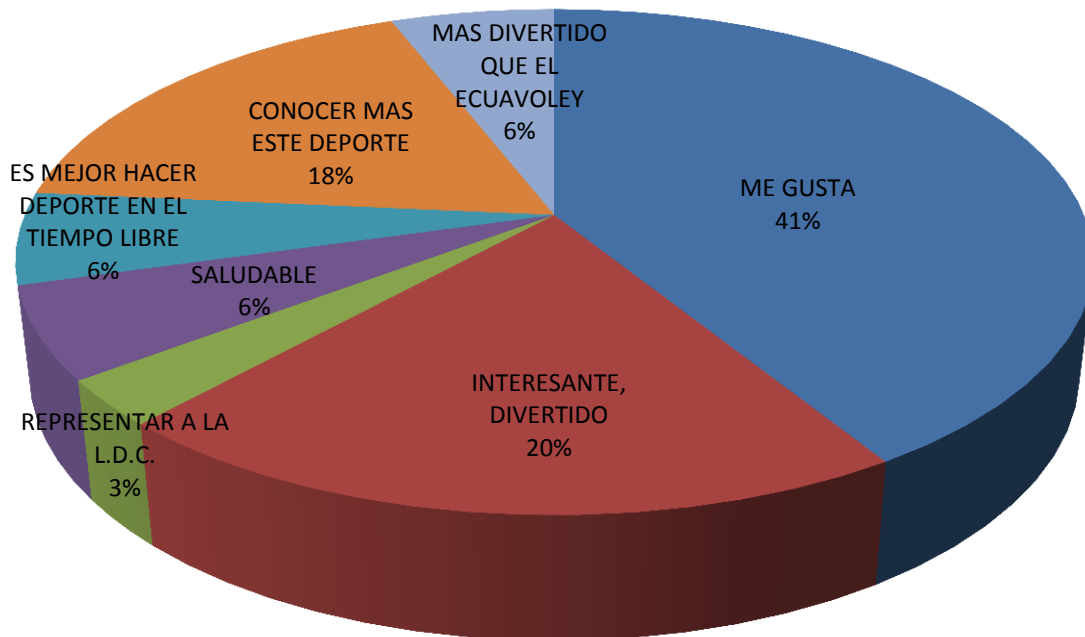
9. Recomendaría esta actividad



10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, ¿usted seguiría asistiendo?



Razón por la cual quieren seguir practicando Voleibol



A continuación estará descrito un breve análisis de cada cuadro estadístico.

Como podemos observar en el primer cuadro estadístico, se puede sintetizar que la propuesta tuvo una excelente acogida, ya que en el mes de septiembre que se inicia con la práctica, se contó con la participación de 14 jóvenes y



luego poco a poco fueron integrándose más chicos de tal forma que al finalizar de la propuesta contamos con la presencia de 26 deportistas.

En los siguientes cuadros, podemos analizar los datos obtenidos en la encuesta de satisfacción, la cual esta constatada en 10 preguntas, seguidamente conoceremos un análisis de cada una de las preguntas realizadas.

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

En la primera pregunta tenemos 5 opciones en la cual el número 1 es malo, 2 regular, el 3 bueno, 4 es muy bueno y 5 excelente.

Como podemos apreciar en la tabla según porcentajes la mayoría de los encuestados están satisfechos con los entrenamientos recibidos.

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

En esta pregunta podemos observar que la mayoría de jóvenes asistieron a este proceso de aprendizaje, contando con el 61% que obtuvo la información en el colegio, el 31% a través de sus compañeros, y el resto por internet.

3. ¿Que conocía del Voleibol?

La tercera pregunta nos indica cual es el grado de conocimientos de los encuestados sobre el voleibol en donde podemos analizar que los jóvenes en su gran mayoría con el 38% desconocían este deporte, el 35% pensaba que era igual al Ecuavóley.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

En esta pregunta los encuestados tuvieron la opción de escoger hasta 3 respuestas, donde el 49% de los jóvenes pusieron que les motivo el conocer una nueva actividad deportiva, al 28%, le atrae este deporte.

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

En esta pregunta más de la mitad de los encuestados piensan que las clases recibidas estuvieron excelentes y el 42% restante les califica como buena.



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

En la metodología utilizada el 62% siendo la mayoría califico como buena a las estrategias metodológicas y el 38% lo considero excelente.

7. Los entrenamientos le parecieron:

El grado de satisfacción de las deportistas a nivel de los entrenamientos en general lo consideraron divertidos con el 92% y el resto dijo que los entrenamientos estuvieron amenos.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el Voleibol?

Más de la mitad de los jóvenes creen que el lugar de entrenamientos es adecuado para la práctica de este deporte, el 23% no están seguros de que el lugar de práctica sea adecuado y tenemos al 19% que piensan que el coliseo no es adecuado para realizar las prácticas.

9. Recomendaría esta actividad

El 92% de los jóvenes están de acuerdo y recomendarían esta actividad a su amigos, familiares a que lo practique y el 8% no está seguro.

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, ¿usted seguiría asistiendo?

En esta pregunta todos los jóvenes están de acuerdo en seguir practicando este deporte, siempre y cuando exista una persona que conozca este deporte y realice los entrenamientos.

Porque seguiría asistiendo a los entrenamientos

El motivo de los deportista para seguir realizando estas prácticas son diferentes pero la mayoría coinciden que les gustaría seguir entrenando porque le gusta el voleibol, porque les parece un deporte interesante y divertido y otros porque desean conocer más sobre este deporte.



Resultados topes amistosos

Se realizaron dos topes amistosos en la categoría masculina:

Se jugó el primer encuentro deportivo contra el colegio Técnico Salesianos, donde se llevó la victoria el colegio técnico Salesianos tras derrotar a los representantes de Santa Isabel con 3 sets a 0.



El otro encuentro amistoso se realizó contra el colegio Herlinda Toral, donde obtuvo la victoria los representantes de Santa Isabel ganando 3 sets a 1.





CONCLUSIONES

- ✓ El voleibol en el cantón Santa Isabel tuvo una excelente acogida, ya que al iniciar los entrenamientos llegaron 14 jóvenes y al finalizar la propuesta se contó con la participación de 26 deportistas.
- ✓ La Liga Deportiva Cantonal brinda una apertura total a las diferentes propuestas, gracias a ello los jóvenes y señoritas siguen entrenando este deporte en el coliseo de la Liga Deportiva Cantonal.
- ✓ Existe la petición de los integrantes de esta propuesta, para que se contrate un entrenador(a) para esta disciplina.
- ✓ El déficit presupuestario que presenta liga Deportiva cantonal y que no es un mal solo de este ente, sino en general lo padecen casi todas las ligas cantonales, hace que los proyectos sufran retrasos y se afecta de manera directa a la población.
- ✓ La falta de una dirigencia plenamente establecida contribuye también al retraso de gestiones y emprendimientos que se plantean.



RECOMENDACIONES

- ✓ La LDC debería contratar a una persona que se dedique a enseñar este deporte y sobre todo seguir con este grupo e incentivar a más jóvenes para que no se pierda la práctica del mismo, ya que hay mucho talento en el Cantón.
- ✓ Seguir practicando este deporte ya que es una buena alternativa para utilizar en los tiempos libres.
- ✓ Dar un buen uso a los implementos conseguidos.



BIBLIOGRAFÍA

- BARRETO y SICHEL, John. Los Juegos Deportivos Ecuatorianos. Cuenca: Graficas GQ, 2009.
- CORTINA Guzmán, Carlos Alejandro. VOLEIBOL Fundamentos Técnicos. México, D.F. 2007.
- ASTUDILLO Avilés, Juan Albino. Historia del Deporte Ecuatoriano. Cuenca: Talleres de la UNE del Azuay, 2006. 216 – 222.
- HESSING, Walter. Voleibol para principiantes. Barcelona (España): Editorial Paidotribo, 1994.
- PAVLOVICH Pimenov, Mikhail. Voleibol, Aprender y progresar. Badalona (España): Editorial Paidotribo, Tercera Edición, 2006.
- FUSTÉ Masuet, Xavier. Juegos de Iniciación a los Deportes Colectivos. Barcelona (España): Editorial Paidotribo, 2004.
- GARCÍA García, Luis Guillermo. Voleibol. Fundamentación. Armenia (Colombia): Editorial Kinesis, Primera Edición, 2013.
- ZHELEZNIAK, Klesshev, Chejov. La Preparación de los Voleibolistas Jovenes. La Habana (Cuba): Editorial Científico – Técnica, Primera Edición, 1984.
- MORAS, Gerard. La Preparación Integral en el Voleibol. Barcelona (España): Editorial Paidotribo, 1994.
- QUESADA, Sergio y Díez, María. Dirección de Centros Deportivos. Badalona (España): Editorial Paidotribo, 2007.
- MULLIN, Bernard, Hardy, Stephen y Sutton, William. Marketing Deportivo. Badalona (España): Editorial Paidotribo, 2007.
- Blázquez, Alberto. Marketing Deportivo. Barcelona (España): Editorial INDE, Primera Edición, 2012.
- ALBERT Gómez, María José. La Investigación Educativa: Claves Teóricas. Aravaca (Madrid), 2007.
- SAUTU, Ruth, Boniolo, Paula, Dalle, Pablo y Elbert, Rodolfo. Manual de Metodología. Buenos Aires (Argentina): Primera Edición, 2005.



LINCOGRAFÍA

- Calle Ramón, Cruz. HISTORIA DEL VOLEIBOL.
http://www.fevochi.cl/?page_id=12
- FIVB. MANUAL DE ENTRENADORES
http://voleyecuador.org/pdfs/Manual_Entrenadores_FIVB.pdf
- Barral, Rubén. LA GESTIÓN EN EL DEPORTE SOCIAL, diciembre 2007.
<http://www.efdeportes.com/efd115/la-gestion-en-el-deporte-social.htm>
- GESTIÓN DEPORTIVA PROFESIONAL.
<http://www.gestionyadministracion.com/empresas/gestion-deportiva.html>
- Vásconez Naranjo, Fernando. LA PREPARACIÓN METODOLÓGICA DEL VÓLEY MODERNO. http://www.fce-vir.ueb.edu.ec/fce/documentacion/modulos/cf/MODULO_LA_PREPARACION_METODOLOGICA_DEL_VOLEY_MODERNO.pdf
- HISTORIA DEL VOLEIBOL – ECUADOR. Publicado el 22 de junio de 2012. <http://bloggerasociacionvoleibol.blogspot.com/2012/06/historia-de-iniciacion-del-voleibol.html>
- LAURO HISTORIA DEL DEPORTE ECUATORIANO. Publicado por Juan Astudillo, el 27 de junio de 2012. <http://juanastudilloaviles.blogspot.com/>
- AZUAY, CAMPEÓN NACIONAL MASCULINO DE VOLEIBOL. Ingresado el 16 de noviembre, 2011.
<http://www.eluniverso.com/2011/11/16/1/1442/azuay-campeon-nacional-masculino-voleibol.html>
- CAMPEONATO MUNDIAL DE VOLEIBOL. Modificado el 14 de abril 2015.
http://es.wikipedia.org/wiki/Campeonato_Mundial_de_Voleibol
- VOLEIBOL EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS. Modificado el 26 de septiembre de 2014.
http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol_en_los_Juegos_Ol%C3%ADmpicos
- REGLAS OFICIALES DEL VOLEIBOL 2013-2016.
[https://www.norceca.net/2013%20Events/FIVB%20Rules%202013/Reglas%20de%20Juego%20Esp%202013-2016%20\(1\).pdf](https://www.norceca.net/2013%20Events/FIVB%20Rules%202013/Reglas%20de%20Juego%20Esp%202013-2016%20(1).pdf)
- UNIDAD DIDACTICA: VOLEIBOL.
<https://edufisicazuldemayda.wordpress.com/cuarta-unidad-voleibol/>



- Pécora Arias, Vladimir y Frenkel Guisado Bourzac. CONJUNTO DE EJERCICIOS PARA MEJORAR LA TÉCNICA DEL VOLEO PASE EN LOS ALUMNOS DE LA CATEGORÍA 11-12 AÑOS DEL SEXO MASCULINO, PERTENECIENTE AL COMBINADO DEPORTIVO 'PEPITO TEY'. Ingresado en Agosto de 2012.
<http://www.efdeportes.com/efd171/ejercicios-para-la-tecnica-del-voleo-pase.htm>
- POSICIONES Y DESPLAZAMIENTOS.
<https://sites.google.com/site/voleibolenlaensenanzamedia/posiciones-y-desplazamientos>.
- Bertorello, Alejandro Leonidas. PREPARACIÓN FÍSICA EN EL VOLEIBOL. Publicado en junio de 2008.
<http://www.efdeportes.com/efd122/preparacion-fisica-en-el-voleibol.htm>
- BENEFICIOS DEL TRABAJO DE LA RESISTENCIA. Publicado por Raquel Cagigal Amo, el 23 de enero de 2013.
<http://sgefpe.blogspot.com/2013/01/beneficios-del-trabajo-de-la-resistencia.html>
- Cartín Carvajal, Andrés. LA VELOCIDAD EN EL VOLEIBOL.
<https://rooperespinozarojas.wordpress.com/2008/12/17/la-velocidad-en-el-voleibol/>
- Esper, Andrés. EL ENTRENAMIENTO DE LA POTENCIA AERÓBICA EN EL VOLEIBOL. Publicado en diciembre de 2011.
<http://www.efdeportes.com/efd43/volei.htm>
- Dante Nieri, Romero. LA IMPORTANCIA DE LA FORTALEZA MENTAL EN LOS DEPORTES. Noviembre de 2005.
<http://www.efdeportes.com/efd90/mental.htm>
- http://educativa.catedu.es/44700165/aula/archivos/repositorio/1000/1117/html/4_beneficios_de_la_velocidad.html
- Puente, Wilson. TECNICAS DE INVESTIGACIÓN
<http://www.rppnet.com.ar/tecnicasdeinvestigacion.htm>



ANEXOS



ANEXO 1: GESTIONES

Santa Isabel, 1 de agosto de 2014

Señor

Víctor Rodas Peláez

PRESIDENTE DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE SANTA ISABEL

Su despacho

De mis consideraciones:

Yo, Silvia Fabiola Barros Barros, con C.I. 0105933451, egresada de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca, solicito se digne en facilitarme las instalaciones del coliseo de la Liga Deportiva Cantonal, con el propósito de desarrollar mi tesis que titula "IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL COMO DEPORTE FORMATIVO EN LA LIGA CANTONAL DE SANTA ISABEL EN EL PERIODO JULIO – DICIEMBRE DEL 2014"; ya que este deporte no es practicado en el cantón, razón por la cual pretendo incentivar a la juventud la práctica de este deporte.

Por la acogida que sepa dar a la presente suscribo.

Atentamente:

Srta. Fabiola Barros



LIGA DEPORTIVA
CANTONAL
SANTA ISABEL

**LIGA DEPORTIVA CANTONAL
SANTA ISABEL**

RECEPCION DE DOCUMENTOS

Recibido 21/08/2014 Hora 15400

Firma de Recepción



Santa Isabel, 4 de agosto de 2014

Sr. Rodrigo Quezada

ALCALDE DEL CANTON SANTA ISABEL

Su despacho

Silvia Fabiola Barros Barros, con C.I. 0105933451, egresada de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca, le hago llegar un cordial saludo y por su digno intermedio al Consejo Administrativo, augurándoles éxitos en sus labores diarias.

Como el tema de mi tesis es la "IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL COMO DEPORTE FORMATIVO EN LA LIGA CANTONAL DE SANTA ISABEL EN EL PERIODO JULIO – DICIEMBRE DEL 2014"; ya que este deporte no es practicado en el cantón, razón por la cual se pretende incentivar a la juventud a practicar este deporte. Sin embargo la Liga Cantonal no cuenta con los implementos deportivos necesarios para el desarrollo de esta actividad.

Por las consideraciones expuestas y conocedora que la Institución a la cual usted representa apoya al deporte, solicito de la manera más respetuosa la donación de balones de Voleibol Sala, ya que se necesita 30 balones, los mismos que quedaran para la Liga Deportiva Cantonal de Santa Isabel.

Segura de que mi petición tendrá una aceptación favorable suscribo con los sentimientos de estima y gratitud.

Atentamente

Egda. Fabiola Barros



I. MUNICIPALIDAD DE SANTA ISABEL

Recepción de documentos

Fecha recibido 5-8-14 Hora 10:00
Número 66 Trámite 2230
Firm. recepción [Signature]
SECRETARÍA



Santa Isabel, 27 de febrero de 2015

Señor

Víctor Rodas Peláez

PRESIDENTE DE LA LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE SANTA ISABEL

Su despacho

De mis consideraciones:

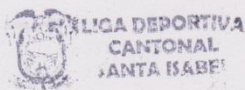
Yo, Silvia Fabiola Barros Barros, con C.I. 0105933451, egresada de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca, solicito se digne en auspiarnos con los uniformes para el equipo de Voleibol Masculino, el cual quedara preparado para representar a la Liga Deportiva Cantonal, con el propósito de que esta disciplina deportiva se siga practicando en nuestro cantón, ya que este deporte antes no era practicado, debido a esta razón se busca incentivar a la juventud la práctica de este deporte.

Segura de que mi petición tendrá una aceptación favorable suscribo con los sentimientos de estima y gratitud.

Atentamente

Srta. Fabiola Barros

**LIGA DEPORTIVA CANTONAL
SANTA ISABEL**



RECEPCION DE DOCUMENTOS

Recibido 27/02/2015 Hora 15:00

Firma de Recepción



Santa Isabel, 19 de marzo de 2015

Master

Teodoro Contreras

DIRECTOR DE LA ESCUELA DE CULTURA FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA

Su despacho

De mis consideraciones:

Yo, Silvia Fabiola Barros Barros, con C.I. 0105933451, egresada de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca, solicito se digne en facilitarme las instalaciones del coliseo de la Universidad, para el día sábado 21 de marzo, con el propósito de desarrollar un encuentro de Voleibol, el cual será de gran ayuda para culminar con mi tesis, que titula "IMPLEMENTACIÓN DEL VOLEIBOL COMO DEPORTE FORMATIVO EN LA LIGA CANTONAL DE SANTA ISABEL EN EL PERIODO JULIO – DICIEMBRE DEL 2014"; razón por la cual pretendo que los jóvenes que hicieron posible la ejecución de la propuesta salgan a competir en esta disciplina deportiva.

Por la acogida que sepa dar a la presente suscribo.

Atentamente

Srta. Fabiola Barros



ANEXO 2: LISTADO DE DEPORTISTAS

LISTA DE VOLEIBOL				
Nº	NOMBRES	CI	F. N.	INSTITUCIÓN
1	ASCARIBAY PATIÑO NAYELI JAZMIN	0105935720	23/07/2001	UNIDAD EDUCATIVA JAIME ROLDOS AGUILERA
2	AYORA OCHOA EDUARDO ANTONIO	0106073331	08/09/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
3	CABRERA MENA BRYAM EFREN	0105642540	17/01/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
4	CEDILLO TORRES DOMENICA	0104750054	03/10/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
5	CHAVEZ CHAVEZ DARWIN DANILO	0105939763	06/01/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
6	CHUQUI BARROS DAYANNA CAROLINA	0106444573	04/04/1999	UNIDAD EDUCATIVA JAIME ROLDOS AGUILERA
7	CUENCA CORDOVA PAUL ESTEBAN	0106344898	12/03/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
8	ERREYES DOTA JASON FERNANDO	0106346026	13/08/1999	ESCUELA 20 DE ENERO
9	GODOY ILLESCAS JERSON ARCESIO	1105325870	09/02/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
10	GODOY ILLESCAS TAYRON ANDRES	1105335887	24/05/1996	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
11	GODOY PANAMA NOE ALEXANDER	0106340656	15/08/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
12	GUAMAN GUAYLLASACA ERICK FABIAN	0105014393	29/09/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
13	HUARTAN NAVARRO JAIME GUSTAVO	0105641096	19/08/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
14	JARAMILLO CHAVEZ JOSELYN KATHERINE	0706552833	27/12/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
15	MENDIETA SARAGURO ALEX ANDRES	0106346893	24/09/1997	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
16	MENDOZA NARANJO ADELA PAULINA	0104869334	26/05/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
17	OCHOA AUCA Y CRISTAN ADRIAN		07/09/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
18	ORTIZ CEVALLOS JOSELINE ELIANA	0105370696	17/05/1997	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
19	PESANTEZ NAULA BRYAN	0107597734	24/04/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
20	REINOSO NAVARRO BRYAM GEORDANO	0105939466	05/11/1997	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
21	SANCHEZ LOJA CLAUDIO MAURICIO	1400955710	16/05/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
22	SANCHEZ PATIÑO MARIUXI ESTEFANIA	0105649370	02/04/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
23	SEGARRA NARVAEZ DENNIS ALEXANDER	0107326803	30/04/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
24	VELASQUEZ SOLANO DIMAS ADRIAN	0106348162	04/01/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
25	YUNGA INGA BYRON JOSÉ	0105933212	16/12/1998	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL
26	YUNGA NIEVES DANNY STEVEN	0106344856	29/05/1999	UNIDAD EDUCATIVA SANTA ISABEL



ANEXO 3: FOTOGRAFÍAS





















ANEXO 4: ENCUESTAS

ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C.

Días de entrenamiento: 2

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel.

Horarios: 15h-17h

Edad: 16

Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☒ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Deporte de equipo, similar al escuevoley.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☒ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Porque este deporte es llamativo y divertido para seguir aprendiendo más

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo U.C.

Días de entrenamiento: 2

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel.

Horarios: 16 a 17 h

Edad: 16

Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☒ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Es un deporte que desde que lo aprendí me llamo demostrado la atención, y a sido de mi total agrado haber participado en ella.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C Santa Isabel Días de entrenamiento: ☒ 3

Institución Educativa: U.E. Jaime Roldos Aguilera

Horarios: 15h00 - 17h00

Edad: 13

Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Qué se juega con 6 jugadores.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Quisiera conocer mas sobre el deporte.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C. Santa Isabel Días de entrenamiento: ☒ 2

Institución Educativa: Colegio Santa Isabel

Horarios: 15:00 pm - 17:00 pm Edad: 16 Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☒ ☐

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: me gusta

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: *Colegio L.D.C. Santa Isabel*

Días de entrenamiento: ☒ 3

Institución Educativa: *Colegio Temporal Santa Isabel*

Horarios: *3. PM a 5 PM*

Edad: *15*

Sexo: *F*

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☐ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Del Voleibol solo sabia que se jugaba de 6 personas a cada lado pero no los demas reglamentos que nos ha enseñado ahora.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☒ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
- ☒ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☐ No estoy seguro

☒ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Porque me gusta hacer deporte y sería bueno que alguien nos enseñe y poder representar a la liga

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Cotacachi Z.D.C. Santa Isabel Días de entrenamiento: 3
Institución Educativa: Unidad Educativa "Santa Isabel"
Horarios: 3:00pm - 5:00pm Edad: Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Las reglas básicas y posiciones, también como bloquear y más
ya que anteriormente había ya entrenado un poco.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☐ Si
☒ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Porque me agrada este deporte y quiero seguirlo practicando.

Gracias por su colaboración 😊



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: L.D.C. Santa Isabel

Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Jaime Roldos Aguirre

Horarios: 15:00 - 17:00

Edad: 15

Sexo: Femenino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Pense que era igual al equiboley

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Porque quiero seguir aprendiendo más acerca del Voleibol

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C.S.I

Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel

Horarios: 15:00 a 17:00

Edad: 16.

Sexo: masculino.

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☒ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Pensaba que era igual.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Me gusta, deporte único.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.C.D. Días de entrenamiento: ☒
Institución Educativa: Santa Isabel
Horarios: 15 a 17 Edad: 17 Sexo: hombre

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Pense que era igual al escobolay

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: me gusta el voleibol

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.C.D. Santa Isabel Días de entrenamiento: ☒ 2

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel

Horarios: 15h 00 - 17h 00 Edad: 16 Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

No conocia absolutamente nada

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Por que me gusta mucho ese deporte.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C.

Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Unidad Educativa Sta. Isabel

Horarios: 4-5

Edad: 16

Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Sobre voleibol muy poco ya que no se
practica mucho aquí.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☒ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Me gusta el deporte.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C. "Santa Isabel" Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Colegio Santa Isabel.

Horarios: 3:00 - 5:00pm Edad: 15

Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☒ Por Internet
- ☐ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☐ Le atrae este deporte
- ☒ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
- ☐ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☒ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Me gusta, es saludable.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo LDC SANTA Isabe l. Días de entrenamiento: ☐
Institución Educativa: Escuela 20 de Enero
Horarios: 15-17 pm Edad: 15. Sexo: Masculino.

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☒ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☒ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☐ No estoy seguro

☒ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Porque me gusta.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo LOC

Días de entrenamiento: ☒ 2

Institución Educativa: Colegio Santa Isabel

Horarios: 15 a 17

Edad: 17

Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☒ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Penos que era igual al escavoley

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☐ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
- ☐ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Porque me gustaria aprender mas.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C

Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Unidad Educativa "Santa Isabel"

Horarios: 15h00-17h00

Edad: 16

Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☒ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☒ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☐ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
- ☐ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Me gusta

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Colicco IDC

Días de entrenamiento: ☒

Institución Educativa: Nacional Santa Babel

Horarios: 3pm. a 5pm

Edad: 16

Sexo: Hombre

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☒ ☐

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada. Pero desde que me fui la p 1^{RA} vez estubo
mas o menos

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☐ Si
☒ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Me gustaría saber más de este deporte

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C. Santa Isabel. Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel

Horarios: 3pm - 5pm Edad: 15 años Sexo: Masculino.

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☒ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☐ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
- ☒ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☒ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: me parece interesante.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: *Colegio L.D. Santa Isabel.*

Días de entrenamiento: ☐

Institución Educativa: *Unidad Educativa Santa Isabel.*

Horarios: *15h00 - 17h00*

Edad: *16*

Sexo: *Masculino.*

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☒ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Nada.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☒ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☒ Amenos

☐ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Por que es un deporte entretenido

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo L.D.C Santa Isabel Días de entrenamiento: 2

Institución Educativa: Colegio Unidad Educativa Santa Isabel

Horarios: 15h00 - 17h00 Edad: 15 Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☐ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

No, yo pensaba que era igual que el boley pero con las reglas que nos enseñan cambia muchísimo.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☒ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
- ☐ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☐ Si
☒ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Porque es mejor hacer deporte que estar de bajos.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: *Coliseo L.D.C. Santa Isabel* Días de entrenamiento: ☒ 1

Institución Educativa: *Colegio Nacional Santa Isabel*

Horarios: *15h00 - 17h00*

Edad: *16 Años*

Sexo: *Masculino*

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

No conocía nada solo pense que era como el Voley por eso vine a los entrenamientos luego me empezó a gustar y si quiero seguir aprendiendo

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☐ No estoy seguro

☒ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: me gusta es agradable es mas divertido que el Voley

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coloso Lde Scafto babel Días de entrenamiento: ☒
Institución Educativa: Universidad Educativa temporal Scafto babel
Horarios: 15h00 - 17h00 Edad: 17 Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

algo mucho un poco porque jugaba en la escuela

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: Es muy divertido este deporte

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo de Deportes Sta Isabel Días de entrenamiento: 2

Institución Educativa: Unidad Educativa Sta Isabel

Horarios: 15:00 a 17:00

Edad: 17

Sexo: Masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Que es un deporte de conjunto, juegan a por cada equipo
también que se relacionaba por el cruce de los brazos.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☒ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☒ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☒ Amenos
☐ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☒ Si
☐ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: Es divertido, realizar una actividad deportiva, no hay nada más que hacer en el tiempo/espacio libre.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: *Coliseo L.D.C.*

Días de entrenamiento: ☒ 2

Institución Educativa: *Colegio Nacional*

Horarios: *15:00 horas* a *17:00 horas* Edad: *16*

Sexo: *Masculino*

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
- ☐ En la Radio
- ☐ Por Internet
- ☐ Por Compañeros
- ☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Pues que era muy divertido

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☐ Conocer una nueva actividad deportiva
- ☐ No tiene costo
- ☐ Cercano a mi vivienda
- ☒ Le atrae este deporte
- ☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
- ☒ Bueno
- ☐ Regular
- ☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

- ☐ Amenos
☒ Divertidos
☐ Monótonos
☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

- ☐ Si
☒ No estoy seguro
☐ No

9. Recomendaría esta actividad

- ☐ Si
☒ No estoy seguro
☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

- ☒ Si
☐ No

Porque: ese siempre me ha gustado

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo LDC. Santa Isabel Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Unidad Educativa "Santa Isabel"

Horarios: 3:00 PM a 5:00 PM Edad: 15 años Sexo: masculino

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Principalmente no tenía conocimiento del voleibol, creí que
era igual que el escaboly y además me parecía muy importante

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☒ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: simplemente es un gusto y me encanta aprender nuevos deportes y me parece muy interesante

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: *Coliseo L.D.C. Santa Isabel* Días de entrenamiento: ☒ 3

Institución Educativa: *Colegio Nacional Santa Isabel.*

Horarios: *de 15:00pm a 17:00* Edad: *15 años* Sexo: *Masculino*

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☒ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☐ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

*Conoci del voleibol cuantos jugadores van a cada lado.
Pense que era igual que el Escavolej.*

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☒ No tiene costo
☐ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☐ Excelente
☒ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☐ Excelente

☒ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☐ No estoy seguro

☒ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: me gusta y este es un deporte saludable.

Gracias por su colaboración



ENCUESTA PARA EVALUAR EL GRADO DE SATISFACCION DE LOS
DEPORTISTAS

Instalación: Coliseo LDC. SANTA ISABEL

Días de entrenamiento: 3

Institución Educativa: Colegio Nacional Santa Isabel.

Horarios: 15-17. PM

Edad: 18.

Sexo: masculino.

1. ¿Está satisfecho por los entrenamientos que ha recibido?

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☒

2. ¿A través de que medio obtuvo la información de esta actividad?

- ☐ En el Colegio
☐ En la Radio
☐ Por Internet
☒ Por Compañeros
☐ Otros

3. ¿Que conocía del Voleibol?

Poco me confundió con el ecuvoley.

4. ¿Qué le motivo para incorporarse a esta actividad?

- ☒ Conocer una nueva actividad deportiva
☐ No tiene costo
☒ Cercano a mi vivienda
☐ Le atrae este deporte
☐ Otros

5. ¿Qué opinión merece las clases recibidas?

- ☒ Excelente
☐ Bueno
☐ Regular
☐ Malo



6. ¿Qué le parece la metodología aplicada para la realización de estas actividades?

☒ Excelente

☐ Bueno

☐ Regular

☐ Malo

7. Los entrenamientos le parecieron:

☐ Amenos

☒ Divertidos

☐ Monótonos

☐ Malo o aburrido.

8. ¿La instalación deportiva donde se practica es adecuada para practicar el voleibol?

☐ Si

☐ No estoy seguro

☒ No

9. Recomendaría esta actividad

☒ Si

☐ No estoy seguro

☐ No

10. Si L.D.C. contratase un entrenador para este deporte, usted seguiría asistiendo?

☒ Si

☐ No

Porque: es divertido.

Gracias por su colaboración